**FICHE: coaching tool ‘CEO of me’**

**KORTE OMSCHRIJVING**:

Iedereen heeft een persoonlijke voorkeur om werk en privé te combineren. Op basis van wetenschappelijk onderzoek maken  Prof. dr. Ellen Kossek en Prof. dr. Brenda Lautsch in hun boek “CEO of me”, een onderscheid tussen drie verschillende flexstijlen. Het boek biedt een test om de persoonlijke flexstijl van medewerkers te identificeren (p 32-33). Op basis van dit boek kan een workshop georganiseerd worden waarbij medewerkers inzicht verkrijgen in de flexstijlen en strategieën aanleren om de persoonlijke effectiviteit op en naast de werkvloer te verhogen.

**DOELGROEP:**

Werknemers en leidinggevenden

**DOELSTELLINGEN**:

* Deelnemers verkrijgen inzicht in hoe zij zelf omgaan met flexibiliteit en de grens werk-privé
* Deelnemers verkrijgen inzicht in de voor-en nadelen van diverse flexstijlen
* Deelnemers worden zich bewust van andere manieren om met de werk-privé grenzen om te gaan
* Deelnemers zijn zich bewust van de keuzes die ze maken en hebben meer vrede met de gevolgen van die keuzes
* Deelnemers staan stil bij het gevoel van controle dat ze hebben over het omgaan met hun werk-privé grenzen.
* Deelnemers ontwikkelen een plan om meer effectief om te gaan met hun job

**ORGANISATIE**:

* Aantal deelnemers: 10 tot 60 deelnemers
* Duur: ± 1,5 – 3 uur (afhankelijk van het aantal oefeningen tijdens de workshop)
* Materiaal: slides omtrent flexstijlen (zie algemene vorming) + document ‘verhoog je effectiviteit op en naast de werkvloer’

**WERKWIJZE**

* De workshop dient gefaciliteerd te worden door een vormingsbegeleider en kan verschillende oefeningen omvatten.
* Starten met een korte toelichting omtrent de verschillende flexstijlen (zie presentatie algemene vorming).
* Vervolgens kunnen deelnemers de beknopte vragenlijst uit het boek ‘CEO of me’ invullen, om zich te verkrijgen op hun persoonlijke flexstijl.
* Deelnemers kunnen ingedeeld worden in groepjes (per flexstijl) om te discussiëren over de voor- en nadelen van die stijl.
* Ga tot slot aan de slag met een aantal oefeningen uit het document ‘Verhoog je effectiviteit op en naast de werkvloer’. Deze oefeningen stimuleren medewerkers om controle te nemen over hun flexstijl.