

Zelfbewustzijn, zelfredzaamheid, zelfvertrouwen en verzoening in het ondernemerschap



Co-funded by
the European Union

"De steun van de Europese Commissie voor de productie van deze publicatie houdt geen goedkeuring van de inhoud in, die uitsluitend de standpunten van de auteurs weergeeft, en de Commissie kan niet verantwoordelijk worden gesteld voor het gebruik dat eventueel wordt gemaakt van de informatie in deze publicatie."

De eerste module van deze cursus richt zich op een algemeen begrip van wat zelfbewustzijn is en waarom het belangrijk is.

*Zelfbewustzijn,
zelfredzaamheid,
zelfvertrouwen en
verzoening in het
ondernemerschap*



De module geeft je inzicht in de relatie en onderlinge verbanden tussen zelfbewustzijn en ondernemerschap en in de positieve impact die Self-Efficacy kan hebben op Ondernemerschapsprestaties. We gaan snel in op het belang van zelfvertrouwen voor ondernemers en hoe je dat van jezelf kunt vergroten en gaan in op de betekenis van verzoening in zakelijke termen.

***Zelfbewustzijn,
zelfredzaamheid,
zelfvertrouwen en
verzoening in het
ondernemerschap***



Ijsbrekerspel ter inleiding op het onderwerp

Spel beschrijving:

- Elke deelnemer schrijft anoniem op een of meer stroken papier over dingen waarvan hij droomt en waarin hij gelooft.
- De stroken papier worden verzameld, geroerd en over de vloer verspreid.
- Elke deelnemer moet het papiertje van iemand anders nemen, het voorlezen voor de anderen en de vraag beantwoorden, als die op hem van toepassing is.

Belangrijk: De boodschap die de presentator met het spel kan overbrengen is: "mensen zijn het meest gelijk in hun dromen en hoop."

"WAAR DROOM EN GELOOF IK IN"

Activiteiten om het ijs te breken



"Mastering others is strength;
mastering yourself is true power."
--Lao Tzu



photo: <https://adgeafrica.com/>

WE GET project n. 2020-1-NL01-KA204-064559

"The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein ."



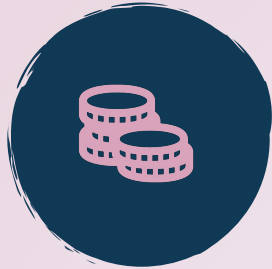
Co-funded by
the European Union

Onderwerpen



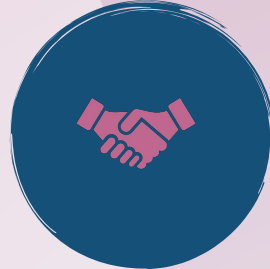
Onderwerp 1

*Wat is zelfbewustzijn en
waarom is het belangrijk?
Zelfbewustzijn en
ondernemerschap*



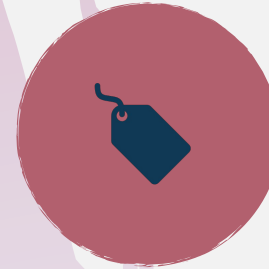
Onderwerp 2

*Zelfvertrouwen en
Ondernemerschap
Prestaties*



Onderwerp 3

*Het belang van
zelfvertrouwen voor
ondernemers*



Onderwerp 4

*De bemiddeling in het
bedrijfsleven*



Tijd om te oefenen!

*De Jung
persoonlijkheidstype
test
Casestudies*

Onderwerp overzicht

- Wat is zelfbewustzijn?
- Waarom is het belangrijk voor ondernemers?
- Uw zelfbewustzijn opbouwen
- Soorten zelfbewustzijn

ONDERWERP 1 Wat is zelfbewustzijn en waarom is het belangrijk? Zelfbewustzijn en ondernemerschap



Wat is zelfbewustzijn

□ Wat is zelfbewustzijn?

Populairste definitie:

Bewuste kennis van het eigen karakter, gevoelens, motieven en verlangens.

Meer precies: weten wat je sterke en zwakke punten zijn, wat je leuk en minder leuk vindt, waar je goed in bent en waar je niet goed in bent... Uiteindelijk komt het erop neer dat je weet wie je bent en hoe je functioneert. Het gaat er ook om te weten hoe anderen je zien en hoe je handelingen hen beïnvloeden.

ONDERWERP 1

Wat is zelfbewustzijn en waarom is het belangrijk?

Zelfbewustzijn en ondernemerschap



Wat is zelfbewustzijn

□ Waarom is het belangrijk voor ondernemers?

- Iedereen die overweegt een eigen bedrijf te beginnen, moet de controlevraag stellen: "**Is ondernemerschap iets voor jou?**". Ondernemers moeten zelfbewust genoeg zijn om zich eerlijk af te vragen of zij de vaardigheden en veerkracht bezitten die nodig zijn om te overleven en te slagen.
- **Wat drijft je echt?** Wat is uw visie? Welk probleem wil je met passie oplossen? Welke erfenis wil je achterlaten? Als u deze vragen niet eerlijk kunt beantwoorden, kunt u het moeilijk krijgen.
- **Gebruik uw sterke punten** - het is absoluut noodzakelijk dat u uw sterke punten identificeert en ze zo goed mogelijk benut.

ONDERWERP 1 Wat is zelfbewustzijn en waarom is het belangrijk? Zelfbewustzijn en ondernemerschap



Wat is zelfbewustzijn

- Waarom is het belangrijk voor ondernemers?
 - **Pak je zwakke punten aan** - zelfbewust genoeg zijn om je zwakke punten te identificeren is absoluut cruciaal. Ondernemers moeten zich snel kunnen aanpassen en verbeteren, maar daarvoor moeten ze precies weten wat er verbeterd moet worden.
 - **Team en cultuur opbouwen** - Als ondernemer zal uw personeel naar u kijken als een voorbeeld van hoe te handelen. *Wat is uw arbeidsethos? Staat u open voor de mening van anderen? Blijft u behulpzaam wanneer u gestrest bent? Aanvaardt u verantwoordelijkheid voor uw fouten? Hoe, met andere woorden, behandelt u anderen?*

ONDERWERP 1

Wat is zelfbewustzijn en waarom is het belangrijk?

Zelfbewustzijn en ondernemerschap



Wat is zelfbewustzijn

- Waarom is het belangrijk voor ondernemers?
 - **Verkopen** - Wanneer u uw eigen bedrijf runt, zult u moeten verkopen. Zelfbewustzijn kan inzicht verschaffen in hoe je overkomt op andere mensen, iets wat vooral nuttig is in een verkoopcontext waar het opbouwen van een goede verstandhouding en het snel opbouwen van vertrouwen cruciaal is.
 - **Evenwicht tussen werk en privé** - Ook hier is zelfbewustzijn van vitaal belang. Door te luisteren naar uw lichaam en geest, door te herkennen wanneer u het moeilijk hebt, door te beseffen wanneer u slaap nodig hebt en, meer in het algemeen, door prioriteit te geven aan uw gezondheid en welzijn, handelt u (in tegenstelling tot hoe het misschien voelt) in het belang van uw bedrijf

ONDERWERP 1 Wat is zelfbewustzijn en waarom is het belangrijk? Zelfbewustzijn en ondernemerschap



JE ZELFBEWUSTZIJN OPBOUWEN

ONDERWERP 1

Wat is zelfbewustzijn en waarom is het belangrijk? Zelfbewustzijn en ondernemerschap

- Hoe bouw je het? (Praktische adviezen)
 - **Besteed aandacht aan wat je leuk vindt.** *Wat komt er van nature in me op? Wat doe ik graag? Wat zit er in mijn DNA?* Deze vragen eerlijk beantwoorden is een goed startpunt voor meer zelfbewustzijn.
 - **Besteed aandacht aan wat je niet leuk vindt** - het is even belangrijk om de dingen die je haat te identificeren. Vraag jezelf af *Waar ben ik lui in? Is het luiheid, of laat ik mezelf zien dat ik het eigenlijk niet leuk vind?* Dit is een mechanisme om zelfbewustzijn op te bouwen.
 - **Let op de feiten** - zelfbewustzijn gaat over eerlijkheid, en eerlijkheid en waan kunnen niet samengaan. Dat betekent dat je je zelfbewustzijn niet alleen kunt baseren op je eigen mening over jezelf. Je moet ook aandacht besteden aan de feedback en de resultaten die je krijgt, terwijl je de kritiek die je krijgt niet moet verpersoonlijken.



JE ZELFBEWUSTZIJN OPBOUWEN

ONDERWERP 1

Wat is zelfbewustzijn en waarom is het belangrijk? Zelfbewustzijn en ondernemerschap



□ Hoe bouw je het? (Praktische adviezen)

- **Weg met het oordeel.** Terwijl je je zelfbewustzijn opbouwt, leer je misschien dingen over jezelf die je niet leuk vindt. Je kunt je realiseren dat je dacht "Ik was goed in dat ding, maar ik ben het echt niet ... of, ik dacht dat dit was wat ik wilde doen met mijn leven, maar ik haat het eigenlijk en ik wil iets totaal anders doen." Wanneer dit gebeurt, is het zo belangrijk om te beseffen dat zelfbewustzijn niet gelijk staat aan zelfveroordeling. Zelfs als je je realiseert dat je ergens niet goed in bent, moet je het loslaten.
- **Wees bewuster** Probeer je meer bewust te zijn van de manier waarop je handelt, waarom je op een bepaalde manier handelt en hoe anderen op jou en je beslissingen reageren.
- **Je doelen vastleggen en opnieuw bekijken** Een helder inzicht hebben in je doelen, angsten en motivaties is een belangrijk onderdeel van

Soorten zelfbewustzijn

□ Twee verschillende soorten

- **Publiek zelfbewustzijn.** Dit type ontstaat wanneer mensen zich bewust zijn van hoe ze op anderen overkomen. Publiek zelfbewustzijn komt vaak naar voren in situaties waarin mensen in het middelpunt van de belangstelling staan, zoals bij het geven van een presentatie of het praten met een groep vrienden.
- **Privé zelfbewustzijn** Dit type vindt plaats wanneer mensen zich bewust worden van bepaalde aspecten van zichzelf, maar alleen op een privé manier. Bijvoorbeeld, het zien van je gezicht in de spiegel is een vorm van privé zelfbewustzijn.

ONDERWERP 1 Wat is zelfbewustzijn en waarom is het belangrijk? Zelfbewustzijn en ondernemerschap



Onderwerp overzicht

- Definitie van zelfredzaamheid;
- Ondernemersprestaties;
- Waarom is self-efficacy zo belangrijk in ondernemerschap?
- Zelfredzaamheid in ondernemerschap
- Ondernemende zelfredzaamheid tijdens het opstarten van een bedrijf

TOPIC 2 Zelfvertrouwen en Ondernemerschap Prestaties



TOPIC 2

Zelfvertrouwen en Ondernemerschap Prestaties



□ Definitie van zelfredzaamheid

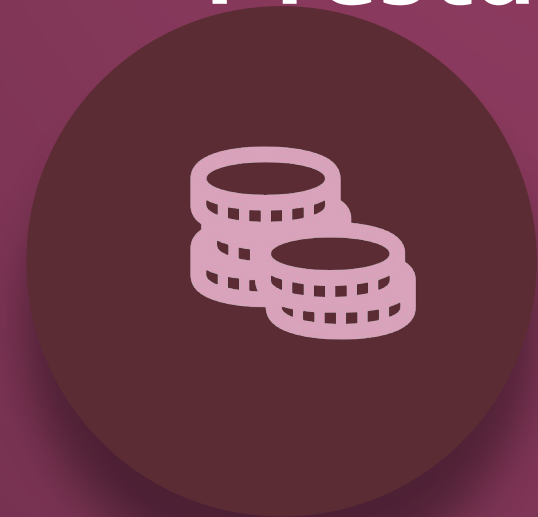
In een notendop: De persoonlijke evaluatie van eerdere ervaringen draagt bij aan hoe iemand zijn/haar self-efficacy waarneemt.

Of we kunnen het definiëren als het oordeel van mensen over hun vermogen om de acties te organiseren en uit te voeren die nodig zijn om bepaalde soorten resultaten te bereiken.



TOPIC 2

Zelfvertrouwen en Ondernemerschap Prestaties



- Prestaties ondernemerschap
- De loopbaanontwikkelingstheorie biedt een kader dat de rol van self-efficacy bij de ontwikkeling van ondernemende intenties en gedragingen probeert te onderzoeken. Het suggereert dat het niveau van ondernemende self-efficacy aan het begin van het loopbaanontwikkelingsproces gevolgen heeft voor iemands ondernemende intenties
- Zodra een individu zich bewust wordt van zijn/haar potentieel om te slagen, is hij/zij eerder geneigd ontberingen te verdragen en snel te herstellen van mislukte pogingen.
- ***Ondernemende zelfredzaamheid*** is het geloof van een individu in zijn of haar vermogen om verschillende ondernemerstaken uit te voeren en beïnvloedt de keuze en ontwikkeling van een ondernemersloopbaan.

□ Waarom is self-efficacy zo belangrijk in ondernemerschap?

- Een van de belangrijkste determinanten van ondernemerschapsprestaties is ondernemende self-efficacy. Aangezien ondernemende self-efficacy een dominante voorspeller is van ondernemerschapsprestaties, moet dit onderwerp sterk worden benadrukt.
- Als een individu een hoog gevoel van self-efficacy heeft, zal hij/zij meer succes hebben als ondernemer. Individuen met een hogere ondernemerszelfredzaamheid hebben meer vertrouwen in hun vermogen om hun eigen bedrijf met hoge prestaties te runnen.
- Mensen moeten worden opgeleid, gemotiveerd en begeleid om ondernemer te worden. Wanneer mensen gemotiveerd, aangemoedigd, ondersteund en gestuurd worden om ondernemer te worden en hun eigen bedrijf te runnen, wordt hun self-efficacy hoog, en neemt hun verlangen om doelen te bereiken, zelfs onder moeilijke hindernissen, toe.

TOPIC 2

Zelfvertrouwen en Ondernemerschap Prestaties



- Zelfredzaamheid in ondernemerschap
 - **Directe en indirecte effecten** van self-efficacy van ondernemers die zich bezighouden met het opstarten van een nieuw bedrijf.
 - **Persoonlijke effectiviteit** beïnvloedde de ontwikkeling van attributies van beginnende ondernemers voor het opzetten van nieuwe bedrijven
 - **Zelfeffectiviteit verschilt op basis van persoonlijkheidskenmerken** - de combinatie van mannelijke en vrouwelijke kenmerken verbetert de prestaties, terwijl later in het proces de mannelijke roloriëntatie de ontwikkeling van ondernemende zelfeffectiviteit aanzienlijk bepaalt.

TOPIC 2

Zelfvertrouwen en Ondernemerschap Prestaties



Ondernemende zelfredzaamheid tijdens het

opstarten van een bedrijf - in overeenstemming met de sociaal-cognitieve theorie, die stelt dat het succes van een individu bij verschillende activiteiten beter kan worden voorspeld - door de overtuigingen die hij/zij heeft over zijn/haar persoonlijke capaciteiten dan door de vaardigheden en kennis die hij/zij daadwerkelijk bezit, of zijn/haar eerdere prestaties

Intentie is een gemoedstoestand die de aandacht en de actie richt op een specifiek doel - In het algemeen geldt: hoe hoger de overtuigingen over zelfeffectiviteit, hoe groter de gepercipieerde bekwaamheid van een ondernemer om met succes een nieuw bedrijf te starten.

Identificatie van kansen - Zodra de ondernemersintentie is gevormd, zoeken beginnende ondernemers naar potentiële exploitatiemogelijkheden.

Besluit tot exploitatie - Een besluit tot exploitatie wordt genomen wanneer de overtuiging van een ondernemer dat hij de gewenste resultaten, zoals financiële opbrengsten van het nieuwe product, kan bereiken, hoog en positief is.

- **Opportuniteitsexploitatie** - ondernemers met hogere niveaus van overtuigingen over zelfeffectiviteit om succes te behalen bij taken, hebben meer kans om langer vol te houden en hogere resultaten te bereiken bij opportuniteitsexploitatie.

TOPIC 2

Zelfvertrouwen en Ondernemerschap Prestaties



Onderwerp overzicht

- Zelfvertrouwen betekent;
- Hoe vertrouwen je helpt te slagen in je bedrijf;
- Hoe bouw je zelfvertrouwen op als ondernemer;

TOPIC 3: Het belang van zelfvertrouwen voor ondernemers



□ Zelfvertrouwen betekenis

- Is een houding over je vaardigheden en capaciteiten. Het betekent dat je jezelf accepteert en vertrouwt en een gevoel van controle hebt over je leven. Iemand die zelfverzekerd is, gedraagt zich zelfverzekerd omdat hij zich zeker voelt van zijn capaciteiten of waarde.
- Vertrouwen bevordert je geestelijke gezondheid
- Mensen die geen zelfvertrouwen hebben, kunnen worden meegesleurd door zelftwijfel en angst.
- Mensen die zelfverzekerd zijn, hebben verschillende voordelen voor hun geestelijke gezondheid: Meer geluk in het algemeen; Positieve zelfwaardering; Minder stress; Beter in staat om terug te veren na een mislukking (veerkracht).
- Studies hebben aangetoond dat mensen met een hoge zelfeffectiviteit vertrouwen hebben in het volhouden en bereiken van hun doelen. Dit leidt er ook toe dat ondernemende mensen bereid zijn meer risico's te nemen. Dus, in plaats van alleen maar te denken over het starten van hun bedrijf, doen ze het ook echt.

TOPIC 3: Het belang van zelfvertrouwen voor ondernemers



- Hoe vertrouwen u helpt te slagen in uw bedrijf
- Ondernemers met veel zelfvertrouwen zijn beter in staat om een nieuw bedrijf te starten en te laten slagen.
- Dit maakt hen bereid het risico voor een nieuw bedrijf te nemen.
- Succesvol zijn in die business bouwt dan nog meer zelfvertrouwen op.
- Als je veel zelfvertrouwen hebt, ben je:
 - Meer kans hebben om achter kansen aan te gaan
 - Een beter doorzettingsvermogen hebben
 - Gemakkelijker obstakels overwinnen
 - Anderen zullen je ideeën meer accepteren

TOPIC 3: Het belang van zelfvertrouwen voor ondernemers



□ Hoe zelfvertrouwen opbouwen als ondernemer

Je kunt wat kleine veranderingen in je leven aanbrengen. Naarmate je succes begint te zien, zal je zelfvertrouwen nog meer groeien:

- ❖ Vier je overwinningen (zelfs de kleine);
- ❖ Accepteer lof van anderen;
- ❖ Gebruik een goede houding (hoofd hoog, schouders naar achteren, niet achterover leunen);
- ❖ Gebruik positieve affirmaties;
- ❖ Ken je sterke en zwakke punten;
- ❖ Stel SMART-doelen (en houd je eraan!);
- ❖ Stop met jezelf te vergelijken met anderen;

TOPIC 3: Het belang van zelfvertrouwen voor ondernemers



Onderwerp overzicht

- ❑ Wat is bemiddeling?
- ❑ Belang van bemiddeling
- ❑ Verschil tussen verzoening, arbitrage en bemiddeling
- ❑ Voordelen van bemiddeling
- ❑ Wat betekent bemiddeling in zakelijke termen
- ❑ Wat is bemiddeling in arbeidsverhoudingen?
- ❑ Wie kan bemiddelaar worden?
- ❑ Wat is het belang van bemiddeling in het bedrijfsleven?

TOPIC 4: De bemiddeling in het bedrijfsleven



□ Wat is bemiddeling?

- Het is een onderdeel van de geschillenbeslechtingstechniek tussen management en vakbond, die helpt de kwestie tussen twee partijen over een punt van onenigheid op te lossen. Bemiddeling wordt vaak beschouwd als een laatste kans voordat de partijen zich wagen aan een arbitrageprocedure, d.w.z. een zitting bij de arbeidsrechtbank. Bemiddeling wordt vaak toegepast nadat de vrijwillige arbitrage is mislukt. Bij de bemiddeling kunnen partijen tot wederzijdse overeenstemming komen.
- Twee typen, gebaseerd op de partijen of het aantal betrokkenen: individueel en collectief.

TOPIC 4: De bemiddeling in het bedrijfsleven



□ Belang van bemiddeling

- Bemiddeling met het oog op bemiddeling wordt gedaan door een ambtenaar;
- De schikking is bindend voor de partijen bij het geschil en voor alle betrokken werknemers, zowel huidige als toekomstige.)
- De bemiddelingsprocedure biedt de partijen bij het geschil een laatste kans om het geschil op een voor beide partijen aanvaardbare en passende wijze op te lossen.

□ Verskil tussen verzoening, arbitrage en bemiddeling

Arbitrage is een alternatieve vorm van geschillenbeslechting. De partijen kiezen voor een onderhandse oplossing in plaats van de gang naar de rechter.

Bemiddeling is een "partijgericht" proces, in die zin dat het in de eerste plaats gericht is op de behoeften, rechten en belangen van de partijen.

TOPIC 4: De bemiddeling in het bedrijfsleven



□ Voordelen van bemiddeling

- Helpt bij het oplossen van geschillen tussen twee partijen in het bedrijf;
- Bemiddeling biedt de mogelijkheid om tot een schikking te komen;
- Voorkomt verstoring van de bedrijfsproductie door geschillen;

□ Wat betekent bemiddeling in zakelijke termen

- Bedrijfsbemiddeling is een vrijwillige procedure waarbij een **professionele bemiddelaar werkgevers en werknemers bijstaat om geschillen op te lossen** wanneer hun eigen niet-ondersteunde inspanningen geen resultaat hebben opgeleverd. Het proces kan worden omschreven als een gefaciliteerde zoektocht naar overeenstemming tussen betwistende partijen. Het is een regeling van een geschil door wederzijdse en vriendschappelijke overeenstemming met de bedoeling een rechtszaak te vermijden.

TOPIC 4: De bemiddeling in het bedrijfsleven



□ Wat is bemiddeling in arbeidsverhoudingen?

Arbeidsverhoudingen - Bemiddeling: De bemiddelingsprocedure biedt de partijen bij een arbeidsconflict de gelegenheid om met de hulp van een neutrale derde partij hun meningsverschillen op te lossen voordat tot staking of uitsluiting wordt overgegaan.

□ Wie kan bemiddelaar worden?

De bemiddelaar kan door de partijen zelf worden aangewezen, met consensus, d.w.z. dat beide partijen het eens moeten zijn over de aanwijzing van de bemiddelaar.

Is bemiddeling juridisch bindend?

Bemiddeling is gewoonlijk vrijwillig, hoewel het ADB en de AHRC bevoegd zijn om verplichte bemiddelingsconferenties bijeen te roepen. Als een van beide personen nee zegt tegen bemiddeling, wordt de klacht waarschijnlijk "beëindigd".

TOPIC 4: De bemiddeling in het bedrijfsleven



- Wat is het belang van bemiddeling in het bedrijfsleven?
 - Helpt bij het oplossen van geschillen tussen twee partijen in het bedrijf;
 - Kan in verschillende situaties worden gebruikt, maar wordt het meest gebruikt in arbeidsrechtelijke geschillen;
 - Geeft gelegenheid om tot een schikking te komen;
 - Voorkomt verstoring van de bedrijfsproductie door geschillen

Vergeet niet: het is een vrijwillig proces waarbij een professionele bemiddelaar helpt bij het oplossen van problemen.

TOPIC 4: De bemiddeling in het bedrijfsleven



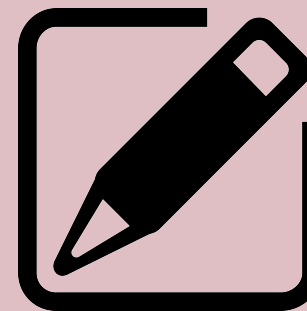
Tijd om te oefenen!

De Jung persoonlijkheidstype test

Zal u helpen het volgende te beantwoorden vragen: Wat voor persoonlijkheid heb ik? Wat zijn mijn Jung types? Hoe past mijn persoonlijkheidstype bij bepaalde soorten banen?

Enkele nuttige case studies: Zal je helpen om:

- Haal de kennis in huis en ga uit je eigen weg;
- Ken de waarde die je brengt;



- ❖ *Je zelfbewustzijn kan worden opgebouwd!*
- ❖ *Als iemand een hoog gevoel van self-efficacy heeft, zal hij/zij meer succes hebben als ondernemer!*
- ❖ *Mensen die geen zelfvertrouwen hebben, kunnen worden meegesleurd door zelftwijfel en angst, terwijl mensen die zelfvertrouwen hebben allerlei voordelen hebben voor hun geestelijke gezondheid!*
- ❖ *De bemiddeling is een vrijwillig proces waarbij een professionele bemiddelaar helpt bij het oplossen van problemen!*

Wrap-up



- <https://www.verywellmind.com/what-is-self-awareness-2795023#:~:text=Zelf%2Bewustzijn%20inhoudt%20bewustzijn,het%20zelf%2Dconcept%20te%20ontstaan.>
- <https://medium.com/@jaredbeaumontwilliams/8-redenen-waarom-ondernemers-zelfbewustzijn-hebben-plus-7-tips-om-meer-zelfbewust-te-zijn-68604dc94db9>
- <https://www.linkedin.com/pulse/why-self-awareness-important-how-build-gary-vaynerchuk/>
- <https://esignals.fi/research/en/2021/02/24/the-impact-of-self-efficacy-on-entrepreneurship-performance/#59633b65>
- https://www.researchgate.net/publication/238325427_Entrepreneurial_Self-Efficacy_and_Business_Start-up_Developing_a_MultiDimensional_Definition/link/02e7e53966a774b352000000/download
- <https://www.openprospects.com/importance-self-confidence-entrepreneurs/>
- <https://biosidmartin.com/what-does-conciliation-mean-in-business-terms/>
- <https://www.mbaskool.com/business-concepts/human-resources-hr-terms/16130-conciliation.html>
- <https://www.123test.com/jung-personality-test/>
- <https://hbr.org/2011/04/how-to-build-confidence>

Referenties



WEGET VROUWELIJKE ONDERNEMERS DIE VERBETERDE TRAINING GENEREREN BEDANKT!



✉ wegetproject@gmail.com
we-get.eu



WE GET project n. 2020-1-NL01-KA204-064559

"The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein ."



Co-funded by
the European Union