

Communiceren, het lijkt zo makkelijk en is zó moeilijk

Voor wie is deze training?

Deze waardevolle training, die je direct kunt toepassen, is voor jou die regelmatig stoeit met communicatie. Je zult ervaren dat je daadwerkelijk meer gaat bereiken door anders te communiceren. Je voelt je zekerder omdat je beter bent voorbereid, meer grip hebt op je gesprek en gewoon meer verstand hebt van communicatie. Effectiever communiceren, in moeilijke situaties kun je dus leren!

Herkenbaar?

Jij stelt je kwetsbaar op in het gesprek maar dan loopt het volstrekt uit de hand; wat heb jij een spijt dat je zo open bent geweest

Je denkt even leuk met je partner de invulling van de vakantie te bespreken maar dan krijg je toch een bak ellende over je heen

Je wilt nu echt eens dat goede gesprek aangaan met je beste vriend/vriendin maar je goede bedoeling wordt binnen 5 minuten totaal verkeerd uitgelegd

Je vindt het zo moeilijk om nee tegen je kind te verkopen; je hebt toch wéér ja gezegd

Denk je eindelijk eens aan je baas uit te leggen hoe het voor jou voelt de laatste tijd, draaien de rollen plots volledig om en sta jij met je rug tegen de muur

Wéér voelde je je aangevallen toen je feedback kreeg

Je realiseert je dat je jezelf vaak terugtrekt als je niet goed uit je woorden komt of dat de woorden ontbreken

Communiceren gaat toch vanzelf?

Waarom zou je communiceren moeten leren? Dat gaat toch vanzelf? Dat is ook zo. Toch merk je regelmatig dat jouw communicatie niet altijd effectief is. Wat is communiceren nu eigenlijk? We doen het dagelijks, we praten tegen de caissière, de buurman, je partner en bespreken het weekend met onze collega. Maar wanneer het spannend wordt staan we ineens tegenover elkaar in plaats van naast elkaar. Het is ineens een stuk ingewikkelder. Hoe ga je nu op een goede manier dat gesprek aan? Om duidelijkheid en begrip te krijgen, zodat er echte verbinding tussen jou en je gesprekspartner ontstaat.

Communicatie gaat niet alleen over gesproken woorden! Je lichaamstaal, je uiterlijk, je mimiek, je gebaren, je houding, enz., het zegt veel meer dan woorden. Wat bedoelt de ander nou precies? Wat wil jij de ander duidelijk maken? En hoe goed zijn we in het invullen voor de ander? Kijken we, als zender van de boodschap, wel goed genoeg of én hoe deze wordt ontvangen.

Wat gaan we doen?

We oefenen met situaties uit de dagelijkse praktijk. Je krijgt direct inzicht en je ervaart hoe het voelt om effectief én vanuit jouw eigen kracht te communiceren. We leggen uit, luisteren naar jou, kijken naar elkaar, discussiëren en dóen waarbij onder ander de volgende onderwerpen aan bod komen:

- Wat is de eerste indruk die jij maakt op anderen?
- Waar loop jij tegenaan in communicatie?
- Hoe werkt communicatie en hoe zet je dit nu effectief in?
- Welke stijlen van communiceren zijn er eigenlijk en welke hanteer jij?
- Ben jij in staat je gesprekspartner te bereiken?
- Leer variëren in stijl
- Grenzen stellen en nee zeggen

Ons ultieme doel is dat je na onze training lol krijgt in het voeren van uitdagende gesprekken!

Waar ga jij mee naar huis?

- Zelfinzicht hoe je overkomt en communiceert
- Je weet waarom je denkt, voelt of doet zoals je nu denkt, voelt en doet
- Handvatten om effectief te communiceren en te variëren in stijl
- Je leert je boodschap beter verwoorden
- Naar anderen kijken en luisteren zonder te oordelen
- Een voldaan gevoel

Praktische informatie

Trainers

Henriëke van Dam | 06 53 82 38 81 | Praktijk Emovements | www.emovements.nl

Claudia Vinkenborg | 06 28 93 28 53 | Praktijk JEI | www.jei-jeeigenik.nl

Locatie

Praktijk Sterre
Hof van Batenstein 9, 4e etage
4131 HB Vianen

Kosten

De training bedraagt € 125,00 per persoon, inclusief 21% btw.

Datum

Vrijdag 5 april 2019

Tijden

12.30 uur tot 16.30 uur.

Deelnemers

De training gaat door met minimaal 6 deelnemers en we werken met groepen van maximaal 12 deelnemers, zodat je voldoende persoonlijke aandacht krijgt.

Ik boek de training!

Vandaag nog boek ik deze leuke en waardevolle training. Meld je aan op de website, bel of mail me. Ook als je vooraf nog vragen hebt. We nemen na jouw aanmelding z.s.m. contact met je op.

We kijken er naar uit om deze leuke en waardevolle training aan jou te mogen geven.
Zien we jou vrijdag 5 april?