



## BROCHURE COMMUNICATIETRAINING

### EFFECTIEVER COMMUNICEREN MET NLP

**Je kent het wel:** discussies met collega's, met klanten, met leerlingen. Voor je het beseft loopt het gesprek vast. Het ongenoegen blijft. De meeste problemen ontstaan door een mank lopende communicatie: je woorden hebben een andere betekenis voor je collega, je e-mail wordt verkeerd geïnterpreteerd, het begeleidingsplan dat je opgesteld hebt werkt niet, meningsverschillen ontaarden in ruzie.

- Een teamlid waarvan je teamleader bent, voert de gevraagde opdracht niet uit. Hoe communiceer je op een correcte en kordate manier met je teamlid?
- Je hebt informatie nodig van je collega of klant maar ontvangt deze info maar niet. Hoe vraag je op een correcte en daadkrachtige manier de info op zonder agressief over te komen?
- Er wordt steeds meer van jou gevraagd. Hoe communiceer je duidelijk en respectvol je grenzen?
- Vergaderingen eindigen in discussies. Of er is geen consensus. Hoe leid je een vergadering op een constructieve manier?
- Een collega verlangt telkens opnieuw dat jij oplossingen zoekt voor de problemen. Hoe het gesprek aangaan zodat de collega toch zijn/haar verantwoordelijkheid opneemt?
- Een leerling is gedemotiveerd. Hoe het gesprek aangaan om de leerling te motiveren?

Wil je een antwoord op deze en andere vragen over communicatie? Dan is deze training zeker voor jou!

In deze training, die geleidelijk aan opgebouwd wordt, heb je in drie dagen de basisprincipes van NLP onder de knie. NLP staat voor "neurolinguïstisch programmeren" en biedt modellen en technieken aan om jezelf **effectiever te sturen**. Je krijgt grip op je emoties, je leert integer omgaan met andere mensen en je bent in staat om gedrag van zowel jezelf als anderen in kaart te brengen.

De **meerwaarde** van deze training is dat je vertrekt van Uit Jezelf. Je leert en oefent nieuwe communicatietechnieken. Je ontdekt je eigen overtuigingen en waarden. Op die manier verbind je je waarden met je gedrag en verloopt je communicatie meer integer en effectiever.

#### **De training**

Deze training is veel meer dan wat theorie op papier. Het is een interactieve cursus waar je in kleine groepjes aan de slag gaat met je eigen communicatie. **Wat je leert, oefen je onmiddellijk**. Dit is een training waar je écht iets aan hebt!

Inhoud (voor 3 dagen training):

- Wat is NLP?
- Een band opbouwen zonder jezelf te verliezen.
- Effectief feedback geven. Omgaan met de feedback die je krijgt.
- Invloed van perceptie op communicatie.
- Ontdek de wereld achter de gesproken woorden.
- Ontdek de wereld achter gedrag.
- Over dynamieken in gesprekken.
- Constructieve gesprekken voeren door te luisteren, samen te vatten en door te vragen.
- Een coachende aanpak.
- Aan de slag met je valkuilen.
- Verantwoordelijkheid nemen en delen.

Wat je leert wordt onmiddellijk geoefend. Je ervaart de voordelen van effectief communiceren. Je krijgt tijdens de training heel wat typevragen mee die je onmiddellijk kan gebruiken in je dagdagelijkse praktijk. Daarnaast ontdek je **nieuwe inzichten** over hoe effectief te communiceren.

Na de training kun je:

- omgaan met emoties;
- herstelgericht werken;
- je leiderschap opnemen;
- sneller to the point komen;
- coachende gesprekken voeren;
- vol zelfvertrouwen communiceren;
- respectvol feedback geven en ontvangen;
- je grenzen stellen tijdens onderhandelingen;
- omgaan met emoties van jezelf en van de andere;
- moeilijke gesprekken ombuigen naar constructieve gesprekken;
- het welbevinden van je collega's, van je leerlingen ondersteunen;
- open vragen stellen om zo effectiever tot een resultaat te komen.

*Geef kleur aan je communicatie en breng je collega's in beweging!*

De Uit Jezelf - werkmethode steunt op drie pijlers:

- kennis verwerven;
- nieuwe vaardigheden aanleren;
- persoonlijke reflectie.

De **meerwaarde** hiervan is dat je naast nieuwe inzichten over communicatie ook nieuwe inzichten opdoet over jezelf. Je gaat aan de slag met je eigen werkpunten en je zelfvertrouwen groeit. Tussen de sessies door oefen je wat je geleerd hebt. De tweede en derde sessie beginnen we met het delen van ervaringen. Je kan dan nagaan wat al goed ging en waar je nog verder in te ontwikkelen hebt.

### **Praktische info**

#### **In house**

Ga met je team op weg naar meer **doeltreffende communicatie** en organiseer de training voor jouw team. Tussen twee trainingsdagen laat je best 2 à 3 weken zodat je hetgeen je geleerd hebt, kunt oefenen in de praktijk. Een training duurt minstens een halve dag en maximaal drie hele of zes halve dagen. Neem zeker contact op om te bespreken wat de noden zijn van je team en hoe Uit Jezelf je team het best kan begeleiden.

*Ik heb mezelf beter leren kennen. Ik besef nu dat ik door een kleine verandering in mijn houding tijdens de communicatie met collega's, veel meer kan bereiken.*

#### **In house - prijzen**

Vermits alle in house trajecten op maat gemaakt worden, neem je best contact op voor meer info en prijzen.

#### **Open training**

- Data en locatie: zie website.
- Prijs: zie website.

Algemene voorwaarden  
Zie website.