

Persoonlijke effectiviteit in communicatie

Aanleiding Persoonlijke effectiviteit, een ruim begrip ...

Het heeft in ieder geval met persoonlijke ontwikkeling te maken … met zelfinzicht en zelfbewustzijn … met het kennen van je eigen kwaliteiten, talenten maar ook valkuilen en je minder leuke kanten, met het weten wat het effect van je gedrag op anderen is. Hoe de precieze invulling eruit ziet, is voor iedereen anders: ieder mens is immers uniek!

Je kunt de weg van persoonlijke effectiviteit zien als een reis, een persoonlijke reis.

Je bent al een tijdje op weg en hebt in je leven al de nodige bagage opgedaan. Wat doe je met die bagage, hoe zet je die in? Kan je het ook anders inzetten? Zet je alles wel in wat erin zit? En, heb je al die bagage nog nodig?

In de training Persoonlijke Effectiviteit gaan we op zoek naar jouw persoonlijke antwoorden.

Doelgroep Om deel te nemen aan deze training moet je aan de volgende voorwaarden voldoen:

- je bent als leidinggevende vaak afhankelijk van anderen bij het bereiken van je resultaten of;
- je werkt veelvuldig samen in teamverband (managementteam, docententeam, projectgroepen).

Verder heb je minimaal een MBO opleiding afgerond en heb je een cursus gespreksvaardigheid gevolgd of een vergelijkbare cursus. Of je onlangs in een nieuwe functie bent gestapt of al een oude rot in het vak bent, de opbouw van de training is zodanig dat je in beide gevallen aan de training kunt deelnemen.

Doelstelling In deze training leer je het verband leggen tussen gedrag en achterliggende denkpatronen. Je leert je eigen kwaliteiten en valkuilen herkennen en je leert wat hiervan het effect is op je gedrag naar anderen. Je leert ook je verschillende vormen van effectief en ineffectief gedrag herkennen en verklaren. Na afloop van de training ben je in staat om zelfbewuster

en effectiever te handelen en je te bewegen onder je collega's c.q. medewerkers.

Inhoud De volgende thema's worden behandeld:

- De relatie tussen 'denken', 'voelen' en 'doen';
- Gedrags- en denkpatronen van jezelf herkennen en typeren volgens een aantal aangereikte modellen;
- Effectieve en minder effectieve gedachtepatronen herkennen en zonodig veranderen;
- Vaststellen welke van jouw eigenschappen sterk of juist minder sterk ontwikkeld zijn en daarvan het effect bepalen op je eigen stijl van communiceren;
- Effectiviteit in tweegesprekken:
- bewustwording van het eigen vermogen om een tweegesprek (in)direct op een constructieve manier te beïnvloeden;
- het nemen en dragen van de verantwoordelijkheid voor de kwaliteit van tweegesprekken
- eigen gedrag beter afstemmen op verschillende situaties met behoud van je eigen stijl;
- Emoties van jezelf en van anderen beter begrijpen en hanteren;

- Persoonlijke uitdagingen prikkelen en vertalen naar 'krachtige' actie, een persoonlijk effectiviteitplan maken.

Uitgangspunten en werkvormen
Uitgangspunten van de opleiding zijn:

- Het programma duurt 4 dagen (2+1+1)
- De groepsgrootte is maximaal 12 personen
- De nadruk ligt op oefenen en nabespreken van de behandelde theorie
- Tijdens de cursus wordt geoefend met een professionele acteur
- Na afloop van het eerste blok worden afspraken gemaakt voor tussentijdse intervisie
- De opleiding kan worden vervolgd met een aantal individuele gesprekken. Samen met de trainer/coach staan je eigen persoonlijke vraagstukken of doelen centraal.

Toelichting individuele coachgesprekken
Optioneel kan op basis van een vooraf afgesproken doelstelling individueel worden gewerkt aan de oplossing van een persoonlijk vraagstuk. In maximaal zes gesprekken van een uur fungeert de coach/trainer hierbij als klankbord en spiegel, als iemand die luistert en vraagt, confronteert en ondersteunt. De reflectie op het denken en handelen van de gecoachte zorgt voor een veranderde visie op uiteenlopende (probleem)situaties door een beter inzicht in de eigen manier van denken, de eigen belemmerende overtuigingen en emoties. Deze vernieuwde inzichten helpen de gecoachte effectiever om te gaan met vergelijkbare situaties in de toekomst. Kijk voor meer informatie bij coaching .

Data en locatie

Amersfoort:

2010

Dinsdag 18 en woensdag 19 mei

Donderdag 3 juni

Dinsdag 22 juni

Investering

€ 1.690,=

Arrangementskosten € 45,= per dag

Parkeren € 5,= per dag

'Schrijf je nu in'