

Anders nog iets?

Naast communicatietrainingen, verzorgt Anker & Kompas ondermeer trainingen op het terrein van:

- * Inspirerend Presenteren
- * Essentieel Management
- * Essentieel Leiderschap
- * Klantgerichtheid
- * Professioneel optreden

Daarnaast biedt Anker & Kompas uiteenlopende mogelijkheden om een training op maat te maken en in-company te verzorgen. Soms is een training niet het meest geschikte instrument om een stap in je ontwikkeling te maken en dan kan een coach van Anker & Kompas je persoonlijk begeleiden.

Contact

Behoeft u meer informatie over de trainingen van Anker & Kompas, maatwerk, een persoonlijk advies of de mogelijkheden van coaching? Neem dan contact met ons op. We helpen graag te kiezen uit het scala aan mogelijkheden.

De contactgegevens van Anker & Kompas zijn:

Adres: Anker & Kompas
Schrifwerkersgilde 2
3994 XM HOUTEN

Telefoon: 030-6353441
Fax: 030-6353447

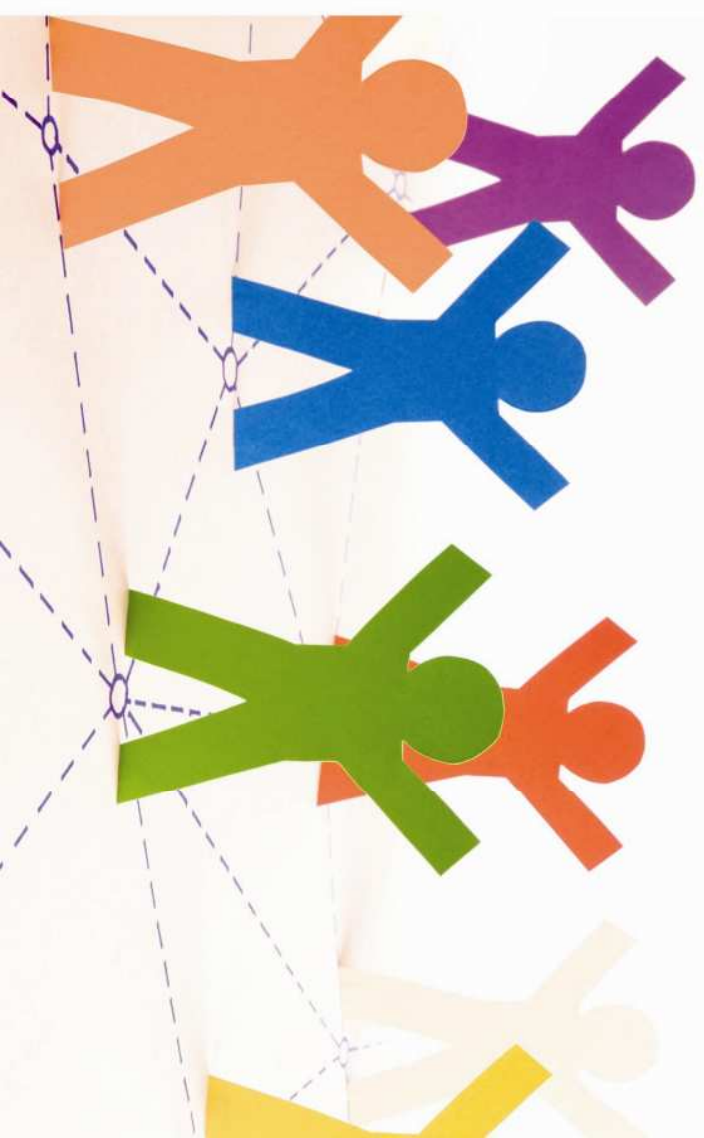
e-mail: info@anker-kompas.nl

Of bezoek de website

<http://www.anker-kompas.nl>



organiseert de trainingen
Assertiviteit van Binnenuit
Effectief Communiceren



Een goede communicatie is de sleutel tot succes.

Organisaties ervaren dat er meer bereikt wordt wanneer mensen effectief met elkaar communiceren. Daarnaast blijkt dat medewerkers meer plezier en voldoening in hun werk hebben wanneer ze op een professionele wijze met hun collega's, klanten en leidinggevenden om kunnen gaan. Wanneer jij ook een flinke stap wilt zetten in je communicatieve vaardigheid of je assertiviteit, biedt Anker & Kompas je de volgende trainingen.

Assertiviteit van Binnenuit

Voor deze assertiviteitstraining kies je:

- * wanneer je meer zelfvertrouwen wilt uitstralen
- * wanneer je beter wilt omgaan met lastige situaties
- * als jouw mening meer aandacht verdient
- * om beter op te komen voor je eigen belangen, met respect voor anderen
- * als je minder snel onredelijk of emotioneel wilt worden
- * als je problemen en conflicten actief wilt kunnen aanpakken

Het bijzondere van deze assertiviteitstraining

Assertiviteit is een levenshouding. Wanneer je echt assertief bent, doe je dat als vanzelf. Want assertiviteit is meer dan een vaardigheid. Weliswaar is het leren van assertief gedrag belangrijk, in de praktijk kan dat heel onwettig aanvoelen. Om echt assertief te worden leer je in deze training ook te zorgen dat het gedrag bij je past. Oftewel, dat je assertiviteit van binnenuit komt.

Wat gaan we doen?

Tijdens presentaties, oefeningen en discussies komt het volgende aan bod:

- * Wat is assertief gedrag en wat niet?
- * Hoe word je door anderenmans gedrag beïnvloed (en vice versa)?
- * Hoe ga je om met verwachtingen van anderen (en jezelf)?
- * Wat zijn jouw kern-waarden en hoe laat je dat merken?
- * Wat belemmert je nu nog om assertief te zijn?
- * Hoe geef je feedback op een assertieve manier?
- * Hoe kun je met overtuiging je eigen mening geven?
- * Grenzen stellen en "Nee" zeggen



Praktische informatie:

De training bestaat uit een blok van 2 dagen en na twee weken een derde dag, zodat je tussentijds kunt oefenen in de praktijk. Data van geplande trainingen vind je op de website. Deze training wordt op verzoek ook in-company en op maat verzorgd.

Effectief Communiceren

Voor de training Effectief Communiceren kies je:

- * om beter begrepen te worden door je collega, manager of partner
- * wanneer je effectief feedback wilt leren geven maar ook ontvangen
- * wanneer je beter wilt omgaan met lastige situaties
- * om beter gehoord te worden
- * om je contact met anderen te verbeteren, verbaal en non-verbaal
- * als je verschillende stijlen van communicatie wilt kunnen toepassen
- * wanneer je je valkuilen in je communicatie wilt aanpakken

Het bijzondere van deze communicatietraining

In de training Effectief Communiceren ontdek je hoe je meer kunt halen uit je communicatie en wat daarin effectief is op verbaal, maar zeker ook non-verbaal niveau. Het wordt je duidelijk welke factoren bepalend zijn voor hoe je boodschap overkomt. Je gaat ontdekken hoe communicatie bij ons van binnen werkt en hoe het komt dat je op jouw manier met situaties omgaat. Door te oefenen met situaties uit de dagelijkse praktijk ervaar je direct hoe het voelt om effectiever en meer vanuit je eigen kracht te communiceren.

Wat gaan we doen?

Tijdens presentaties, oefeningen en discussies komt het volgende aan bod:

- * Hoe werkt communicatie en wat is daarin effectief?
- * Wat beïnvloedt je stijl van communiceren?
- * Verbaal en nonverbaal communiceren
- * Waarnemen versus interpreteren
- * Feedback geven en ontvangen
- * Luisteren en vragen stellen
- * Omgaan met klachten en conflicten

Praktische informatie:

De training bestaat uit een blok van 2 dagen en na twee weken een derde dag. In de tussenpauze ga je met de materie oefenen in de dagelijkse praktijk. Data van geplande trainingen vind je op de website. Of neem contact met ons op om de mogelijkheden van een in-company training te bespreken.

