

Competentietraining: 'Effectief communiceren'

Helder communiceren en constructief handelen

Gedurende de hele dag communiceren we met elkaar, zowel op ons werk als thuis. Soms verloopt dit naar wens, maar het komt ook voor dat gesprekken moeizamer verlopen en er misverstanden of zelfs ergernissen ontstaan. Iedereen heeft tenslotte zijn eigen wensen en belangen én zijn eigen manier van communiceren.

Het is 'de toon die de muziek maakt' - de manier waarop iets wordt gezegd, bepaalt hoe de boodschap overkomt. Het is voor iedereen vaak goed mogelijk om, wanneer er valse noten ontstaan, zelf invloed uit te oefenen en te zorgen voor een mooiere melodie waardoor meer helderheid en wederzijds begrip ontstaat. Hiervoor heeft Skills de praktijkgerichte vaardigheidstraining 'Effectief communiceren' ontwikkeld.

Bij effectieve communicatie houden de gesprekspartners zowel rekening met de eigen belangen en grenzen, als met die van de ander en wordt er bij de gesprekspartner nagegaan of de boodschap helder is overgekomen. Daarnaast is het bewust zijn van de wederkerigheid in communicatie belangrijk; dat wil zeggen dat je als gesprekspartner inziet dat jouw wijze van communiceren invloed heeft op de manier waarop de ander reageert, je krijgt terug wat je zelf uitzendt.

Wat houdt het in?

Onder leiding van een professionele trainer (psycholoog) leren de deelnemers zo communiceren dat de eigen doelen op een prettige en effectieve manier worden behaald. Tijdens de 6 bijeenkomsten/dagdelen die de eerste 3 keer wekelijks en daarna 3 keer om de week plaatsvinden, besteden we in groepen van 6 tot maximaal 10 deelnemers aandacht aan:

- Het op een goede manier kenbaar maken van eigen wensen en behoeften.
- Het onderscheiden en begrijpen van eigen belangen en de belangen van anderen en deze in het geheel te plaatsen.
- De verschillende manieren van communiceren.
- De eigen invloed op hoe de communicatie verloopt.
- Constructieve feedback leren geven en ontvangen.

Meer informatie

Neem voor meer informatie contact op met Skills:

T. 088 80 08 555 | E. info@skills.nl | I. www.skills.nl



Van belang is dat de deelnemers de nieuwe vaardigheden dagelijks oefenen. Door veel te oefenen ervaren zij hoe zij hun doelen op een assertieve én tegelijkertijd prettige wijze kunnen bereiken.

Wat levert het u op?

Na het volgen van de training hebben de deelnemers inzicht in hun eigen communicatiestijl en in die van anderen. Daarnaast kunnen zij hun wensen, grenzen, feedback, complimenten en ideeën op een goede manier verwoorden en weten zij hoe zij zelf invloed kunnen uitoefenen op de wijze waarop de communicatie met anderen verloopt.