

## KRACHTIG COMMUNICEREN EN BEINVLOEDEN PLUS

---

Kijken, luisteren, spreken, DOEN!

Wil je meer uit je gesprekken halen met collega's, klanten of medewerkers? Heb je te vaak het gevoel dat je niet begrepen wordt door de ander of dat de ander ja zegt en nee doet? Merk je dat anderen niet warm lopen voor jouw plannen en je veel tegenspreken of lastig gedrag vertonen? Ben je te onzichtbaar in gesprekken met anderen of juist te zichtbaar? Wil je zelf meer ruimte in een gesprek of de ander meer ruimte kunnen geven?

Wil je graag tevreden zijn over zichtbaar resultaat van je gesprekken, effectiever invloed kunnen uitoefenen en graag met meer effect anderen met je meekrijgen? Kortom: wil je de regie?

In deze driedaagse training gaan we aan de slag met beperkte theorie en veel oefenen. Maar om een zo groot mogelijk rendement uit de training te halen, geven we vooraf een workshop en kun je via onze online leeromgeving dagelijks met je leerdoelen bezig zijn.

### Waarom een workshop vooraf en een online leeromgeving?

Met goede voornemens terug van een training? En snel weer bezweken voor de druk van de dag? Wie herkent dat niet. Hoe houd je je ontwikkeling gaande en hoe houd je het vast? Dat is een van de belangrijkste rendementsvraagstukken rondom trainen en coachen.

We hebben bij Quiris gekeken wat we kunnen doen om dat gericht doen en volhouden een extra boost te geven. Want daar zit de crux, zo is onze ervaring.

Vandaar dat deze training vooraf gegaan wordt door een workshop waarin we ingaan op wat nodig is om effectief resultaat uit de training te halen. In een aantal pilots hebben we getest wat het effect is van een gerichte voorbereiding op een trainingstraject. En we zijn ervan overtuigd geraakt dat het helpt om voorafgaand aan de start van de training te focussen op de leerdoelen en praktische handvatten aan te reiken om het leerproces te versterken. Het helpt om een grotere transfer van het geleerde naar de dagdagelijkse praktijk te hebben.

Naast de juiste focus voorafgaand aan de training, kun je via onze online leeromgeving blijven werken aan je ontwikkeling.

We hebben voor deze training een blended ontwikkeltraject ingericht, een combinatie van face-tot-face bijeenkomsten én online informatie en opdrachten.

Naast de 3 bijeenkomsten is er een online leeromgeving voor je, waarin je gedurende de training én ook na afloop van de leergang kunt inloggen. Hierin is achtergrondinformatie opgenomen, staan opdrachten gepresenteerd en is er verdiepingsmateriaal op de verschillende thema's. Ook zijn hier mogelijkheden om met andere deelnemers gezamenlijk aan vraagstukken te werken. Alle online opdrachten kun je op de door jouw gekozen tijdstippen en plaatsen lezen en bekijken. De trainer kan je via dit systeem feedback geven.

Verder is er na afloop van elke bijeenkomst een praktijkopdracht die je zelf formuleert en uitvoert en dus kunt monitoren. Je bent dus op meer momenten bezig met je ontwikkeling en leerdoelen, waardoor de effectiviteit ook groter is.

Het is dus belangrijk dat je de beschikking hebt over een computer, laptop of tablet.

We hebben de leeromstandigheden zo optimaal mogelijk voor je gemaakt, maar het belangrijkste is natuurlijk dat jij het gaat doen.

## Inhoud

### Opstart workshop:

De drie trainingdagen worden vooraf gegaan door een workshop waarin de kennismaking met de andere deelnemers alvast plaats vindt en je je eigen leerdoelen scherp maakt. We kijken met je naar het proces van leren. Hoe formuleer je goede leerdoelen, hoe zorg je ervoor dat je ook echt in de praktijk gaat oefenen en hoe organiseer je je eigen feedback op je leerstappen? We leveren je hiervoor handvatten, zodat je gefocust in de training dat wat je leert direct kan gaan toepassen en er echt mee aan de slag gaat. Ook introduceren we dan de online leeromgeving en laten we je zien hoe het online programma je ondersteunt bij je leerproces in de praktijk.

### Dag 1:

(mis) Communicatie is aan de orde van de dag: hoe krijg je nu voor elkaar dat de ander begrijpt wat jij bedoelt? Luisteren, samenvatten en doorvragen zijn daarbij de basisprincipes die je net als een EHBO diploma regelmatig moet onderhouden. Dus daar staan we uitgebreid bij stil op de eerste dag. Maar we kijken ook naar niveaus in communicatie: sluit je aan bij je gesprekspartner of praten jullie echt of je van een andere planeet komt? Ook met dit thema oefenen we uitgebreid en kun je volop experimenteren in nieuw effectief communicatiegedrag en meer regie nemen in het gesprek.

### Dag 2:

Ik wil dat jij wilt wat ik wil: hoe stuur je daar nu effectief op in een gesprek? Meebewegen met de ander is de basis hiervoor. Sommige mensen vind jij erg lastig, maar het is vaak juist hun gedrag dat lastig is. Je hoeft hen ook niet te veranderen, maar je kunt wel dingen doen waardoor hun gedrag verandert. Onderliggend theoretisch model voor deze dag is de "Roos van Leary".

Aan de hand van diverse oefeningen uit de theatersport (waar aansluiten bij de ander basiswet nummer 1 is) en praktijkgesprekken met een acteur kun je ervaren hoe je je invloed op anderen kunt vergroten en effectief kunt maken. Ofwel: hoe pas ik  $E=K \cdot A$  toe?

### Dag 3:

Op de 3<sup>e</sup> dag staat verwachttingsmanagement en feedback centraal. In alle communicatie is feedback aanwezig, verbaal of non-verbaal. Hoe geef je nu effectief feedback, waardoor die ander zich in ieder geval bewust is van hoe jij de dingen ervaart? En daardoor misschien ook nog iets anders gaat doen voortaan? Met feedback geven hangt verwachttingsmanagement nauw samen: spreek jij je verwachtingen helder uit naar anderen? Bevraag jij de ander goed op verwachtingen? Als je dat effectief kunt, verlies je weinig tijd meer aan het herstellen van miscommunicatie. Ook op deze laatste dag kun je weer volop oefenen met een acteur.

## Zelfstudietijd

Naast de investering in tijd voor de deelname aan de workshop en de 3 life bijeenkomsten, kost deze training je ongeveer nog circa 1 tot 2 uur zelfstudie tijd per week. Dit bestaat uit het lezen van theorie, bekijken van filmpjes en het maken van en reflecteren op (praktijk) opdrachten.

## Doelgroep:

Voor iedereen die met meer effect wil communiceren en met meer overtuiging anderen kan winnen voor zijn/haar standpunt. Ofwel: voor iedereen die meer regie wil!

## Werkwijze:

Zoals je van ons gewend bent wisselen korte inleidingen/informatie, discussie en zelf ervaren en doen elkaar af. Deze interactieve manier van trainen biedt je ruimschoots de gelegenheid te oefenen met nieuwe theorieën en vaardigheden. We zetten ook professionele acteurs in om het oefenen een verdiepend en levensecht karakter te geven.

#### Datum en tijd:

De training Krachtig Communiceren is een 3- daagse training vooraf gegaan door een workshop en vindt plaats op de volgende dagen:

Groep	Data	Tijd
<b>Groep 2019</b>	18 januari 2019	15.00 – 17.00 uur
	14 februari 2019	09.00 - 17.00 uur
	14 maart 2019	09.00 - 17.00 uur
	18 april 2019	09.00 – 17.00 uur

#### Locatie:

De trainingen worden gegeven bij Quiris Adviesgroep te Veenendaal

#### Kosten:

€ 1.095,00 exclusief BTW en arrangementskosten à € 39.95 per deelnemer per dag, exclusief een (kalender)jaar portaaltoegang à € 45.00

#### Aanmelden:

Aanmelden is mogelijk tot 2 weken voor aanvang van de training. U meldt zich aan door dit aanmeldingsformulier per e-mail te versturen naar [info@quiris.nl](mailto:info@quiris.nl) of per fax te sturen naar 0318-505607. Na aanmelding ontvangt u van ons een bevestiging per e-mail.

De factuur wordt naar het door u opgegeven factuuradres verzonden. Wij verzoeken u het bedrag uiterlijk 10 dagen voor aanvang van de training over te maken. Op al onze open trainingen zijn de annuleringsvoorwaarden van toepassing. Deze zijn vermeld op het aanmeldingsformulier.

#### Contact:

0318 – 55 14 18 [www.quiris.nl](http://www.quiris.nl) - [info@quiris.nl](mailto:info@quiris.nl)

## Aanmeldingsformulier training KRACHTIG COMMUNICEREN EN BEINVLOEDEN PLUS

**Startdatum:**  21 september 2018

Start Workshop 14.30 – 17.00  
Training 09. 00 – 17.00 uur

**Tijd:**

Quiris Adviesgroep te  
Veenendaal

**Locatie:**

€ 1.095,00 exclusief BTW en  
een (kalender)jaar  
portaltoegang à € 45,00 en  
arrangementskosten à € 39,95  
per deelnemer per dag. Dit is  
inclusief koffie/thee/frisdrank,  
lesmateriaal en lunch.

**Prijs:**

### Aanmelden

Aanmelden is mogelijk tot 2 weken voor aanvang van de training. U meldt zich aan door dit aanmeldingsformulier per e-mail te versturen naar [info@quiris.nl](mailto:info@quiris.nl) of per fax te sturen naar 0318-505607. Na aanmelding ontvangt u van ons een bevestiging per e-mail.

De factuur wordt naar het door u opgegeven factuuradres verzonden. Wij verzoeken u het bedrag uiterlijk 10 dagen voor aanvang van de training over te maken.

Door u aan te melden voor deze training, gaat u akkoord met de algemene voorwaarden van Quiris Adviesgroep bv. Deze staan ter inzage op onze website.

### Verhinderung

Indien u onverwacht verhinderd bent, kunt u zich altijd laten vervangen door een collega, mits uiterlijk 1 week voor de eerste trainingsdag aan ons doorgegeven.

Annuleren is na aanmelding helaas niet meer mogelijk.

<b>Deelnemer</b>	<b>Contactpersoon</b>
Naam	Naam leidinggevende
Voorletters	Naam P&O-er
M/V	
Functie	<b>Factuur zenden aan</b>
E-mailadres	T.a.v.
Tel.	(alleen indien anders dan deelnemer)
Geb. plaats	Afdeling
Geb. datum	Adres
	Postcode
<b>Bedrijf</b>	Plaats
Naam	(alleen indien anders dan bedrijfsadres)
Adres	
Postcode	Handtekening tekeningsbevoegde
Plaats	
Telefoon	
Website	Naam tekeningsbevoegde