



EFFECTIEVER COMMUNICEREN MET NLP

Haal meer uit jezelf en je collega's
door effectiever te communiceren



INHOUD

4	WAAROM?
6	METHODIEK
8	VOORDELEN
9	TESTIMONIALS
10	PRAKTISCHE INFO
11	OVER LIEVE





EFFECTIEVER COMMUNICEREN MET NLP

Een traject bij Uit Jezelf

In deze training, die geleidelijk aan opgebouwd wordt, heb je in enkele 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 gaat **integer** om met andere mensen en je krijgt een **gezond zelfvertrouwen**.

Hoe je tot dit resultaat komt, lees je in deze brochure.

Dit traject is een **'Train de trainer'** opleiding!

HERKENBAAR VOOR JOU?

Discussies met collega's, met klanten. Met ouders en leerlingen als je in het onderwijs staat. Of gesprekken die je van streek maken. Voor je het beseft loopt het gesprek vast. Het ongenoegen blijft.

In mijn functie als leidinggevende heb ik uiteraard ook een coachende rol. Positieve feedback geven is geen probleem. Negatieve feedback geven is moeilijker. Dan spelen mijn frustraties te veel op en wordt het een heftig gesprek.

Ik vind het moeilijk om werkpunten die een teamlid heeft, op zulke manier aan te brengen dat het niet als aanstootgevend wordt aanzien. Ik wil sneller het gesprek durven aangaan wanneer iemand fouten maakt. En ik wil dat op een professionele manier doen.

Ik vind het niet altijd makkelijk om om te gaan met kritiek. Ik neem kritiek op mijn werk vaak op als kritiek op mijn persoon. Ik vind mezelf dan niet meer goed genoeg.

Als ondersteuner in het onderwijs, word ik geconfronteerd met weerstand van zowel ouders als leerkrachten. Ik word onzeker en weet niet altijd hoe hierop te reageren. Ik wil zelfzeker en rustig overkomen en durven doorvragen.

We hebben zoveel werk waardoor we geen aandacht besteden aan onze communicatie. Als leidinggevende volg ik de training om die communicatie weer op gang te trekken. Zowel tussen het management als met de collega's op de werkvloer.

De meeste problemen ontstaan door een mank lopende communicatie: je woorden hebben een andere betekenis voor je collega, je e-mail wordt verkeerd geïnterpreteerd, meningsverschillen ontaarden in ruzie, het begeleidingsplan dat je opgesteld hebt voor een leerling werkt niet.

WAAROM?

SITUATIE

- Een collega in je team voert de gevraagde opdracht niet uit.
- Je hebt informatie nodig van je collega of klant maar ontvangt deze info maar niet.
- Er wordt steeds meer van jou gevraagd.
- Je raakt niet uit je woorden tijdens een vergadering.
- Een collega verlangt telkens opnieuw dat jij oplossingen zoekt voor de problemen.
- Een collega is gedemotiveerd.

AANPAK

- Hoe geef je feedback zonder aanstootgevend over te komen?
- Hoe vraag je op een correcte manier de info?
- Hoe communiceer je duidelijk en respectvol je grenzen?
- Hoe zeg je to the point wat je te zeggen hebt?
- Hoe ga je het gesprek aan zodat de collega eigenaarschap opneemt?
- Hoe motiveer je je collega?

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



METHODE

Drie pijlers

De Uit Jezelf - werkmethode steunt op drie pijlers:

Kennis verwerven

- Je ontdekt nieuwe inzichten over hoe communicatie echt werkt.
- Je leert krachtige communicatietechnieken.
- Je krijgt heel wat voorbeelden van wat goede vragen zijn.
- Je krijgt een kader mee om coachende gesprekken te voeren.

Nieuwe vaardigheden aanleren

- Alles wat je leert, oefen je onmiddellijk.
- Je krijgt meteen feedback zodat je kan bijsturen.

Persoonlijke reflectie

- Je gaat aan de slag met je valkuilen in communicatie.
- Je neemt eigenaarschap over jouw manier van communiceren.
- Je groeit in zelfvertrouwen.

De training is veel meer dan wat theorie op papier. Het is een interactieve doe-cursus waar je in kleine groepjes aan de slag gaat met je eigen communicatie. Wat je leert oefen je onmiddellijk.



Wat je leert oefen je onmiddellijk.



Communiceren is naar jezelf kijken. Naast het aanleren van technieken, is Uit Jezelf ook heel sterk in het laten ontstaan van nieuwe inzichten over communicatie. Er is voldoende ruimte om ervaringen, opgedaan tijdens het traject, uit te wisselen.



MEERWAARDE

Door deze manier van werken, heeft het traject **een hoog leer- en toepassingsrendement**.

Je doet **nieuwe inzichten** op over jezelf en over wat er speelt in communicatie. Je gaat **aan de slag met je werkpunten** en je zelfvertrouwen groeit. Tussen de sessies door oefen je wat je geleerd hebt.



Je legt een **fundamentele basis** om constructieve gesprekken te voeren die resultaat opleveren.

Of het nu gaat om overleg met collega's, functioneringsgesprekken, gesprekken met klanten of gedeeld leiderschap, je leert en integreert het fundament waarop **constructieve gesprekken** gebaseerd zijn.

Kortom je praat 'met' elkaar in plaats van 'tegen' elkaar.

Naast effectiever communiceren **verhoog je** ook **je emotionele intelligentie**. Je kan om met je eigen emoties en met de emoties van anderen. Je krijgt grip op je emoties, je leert **integer omgaan** met andere mensen en je krijgt een **gezond zelfvertrouwen**.

Je zal merken dat jouw nieuwe manier van communiceren **een positieve impact** heeft op je collega's, klanten, stakeholders en op ouders en leerlingen als je in het onderwijs werkt.

Je buigt moeilijke gesprekken om naar **gesprekken met resultaat**. Het wordt sneller duidelijk waar het echt om te doen is.

Door effectiever te communiceren **win je tijd, behoud je je energie** en **verhoog je het welbevinden** in je team.

BENEFITS

VOORDELEN VOOR JOU EN JE TEAM



Op een verbindende manier communiceren.



Je valkuilen, allergieën, kwaliteiten en ontwikkelingsuitdagingen kennen.



Respectvol je grenzen aangeven.



Omgaan met emoties en weerstand, zowel van de andere als van jezelf.



Groot welbevinden en onderling vertrouwen.



Meer uit je gesprekken halen in minder tijd.



Effectief feedback geven en omgaan met de feedback of kritiek die je krijgt.



Constructieve gesprekken voeren door te luisteren, samen te vatten en door te vragen



CURSISTEN AAN HET WOORD

''

Ik heb in eerste instantie inzicht gekregen in mijn eigen communicatiepatroon en belemmerende overtuigingen en ook een eventueel "emotioneel moeras" herken ik nu makkelijker. Dit inzicht is cruciaal voor een open en constructieve communicatie. Een verrijking zowel op persoonlijk vlak als op het vlak van communicatietechnieken.

-

Sofie Huylebroeck



''

Het was voor mij een heel aangename communicatietraining. Deze training heeft mij aangezet tot zelfreflectie. Hierin heb ik een beter beeld gekregen van mijn ontwikkelingen en vaardigheden. De handvatten die ik gekregen heb, zetten mij op weg om verder te ontwikkelen.

-

Tina - Boutersem



''

Lieve confronteert je op een rustige, vriendelijke manier met de gaten in je communicatiepatronen om ze dan op te vullen met tips en leerstof. De manier van lesgeven, in een kleine groep met veel ruimte voor oefening, is ideaal om meteen aan de slag te gaan met hetgeen aangeleerd wordt. Ook de spreiding van de drie dagen is ideaal omdat je tussenin ook in de realiteit kan oefenen, en dan in de les daarover weer feedback kan krijgen.

-

Ynske Reynaert



PRAKTISCHE INFORMATIE

Voor wie?

- Leidinggevendenden, managers, teamverantwoordelijken die menselijk leiderschap hoog in het vaandel dragen
- Leerkrachten, directies, zorgleerkrachten, ondersteuners, coördinatoren, ondersteunend personeel, enz.
- Coaches, begeleiders, therapeuten, enz.
- Alle mensen die werken met mensen, die deel uitmaken van een team.
- Jij, die steviger in je schoenen wilt staan tijdens je communicatie

Open training

- Max. 12 deelnemers omdat er veel geoefend wordt.
- Data zie: www.uitjezelf.be/communicatietraining

Inhouse training

- Max. 12 deelnemers omdat er veel geoefend wordt. Voor grote groepen bespreken we samen de praktische organisatie.
- Neem contact op als je deze training wil aanvragen voor je team.
- Je kiest zelf een locatie en zorgt voor de praktische voorbereiding. Het lokaal voldoet aan de volgende voorwaarden:
 - Voldoende groot om in een cirkel te zitten (zonder tafels)
 - Daarnaast is er nog plaats om stoelen te zetten, telkens per 3 . Alle tafels aan de kant of uit het lokaal, behalve een paar tafels om het nodige materiaal op te leggen.
 - Flipchart en beamer
 - Een uur voor de start van de training is het lokaal beschikbaar om de nodige voorbereidingen te treffen.

Contact

Uit Jezelf - Lieve Vander Linden
lieve@uitjezelf.be
0498 84 03 19
www.uitjezelf.be

OVER LIEVE

LIEVE VANDER LINDEN

Trainer



BE THE CHANGE YOU WANT TO SEE

Vanuit mijn overtuiging dat je zelf je verantwoordelijkheid te nemen hebt voor de keuzes die je maakt in je leven, ben ik opleidingen gaan volgen aan Het Ontwikkelingsinstituut en andere opleidingscentra.

De Ontwikkelingsgerichte Benadering® en het ondersteunende Vorkmodel®, zijn echt mijn ding. Het sluit volledig aan bij mijn visie over persoonlijke ontwikkeling.

Het is mijn missie mensen te faciliteren in: het vinden van duurzaam geluk, het ontwikkelen van hun menselijk leiderschap en de bewustwording dat ze deel zijn van een Groter Geheel en dat ze daar een impact op hebben.



EFFECTIEVER COMMUNICEREN MET NLP

Uit Jezelf

Lieve Vander Linden

lieve@uitjezelf.be

0498 84 03 19

www.uitjezelf.be

