

Training

Deelnemers leren het beste als de training aansluit bij hun persoon én bij de context. Daarom vraag ik hen eigen casuïstiek in te brengen en de nieuwe inzichten en vaardigheden toe te passen op deze praktijksituaties. Een werkwijze die het geleerde verankert en het rendement van de training vergroot.

Veilige leeromgeving

Leren betekent risico nemen en fouten durven maken. Ik hecht daarom veel waarde aan een veilige en constructieve omgeving. Ik bouw de training zorgvuldig op, neem deelnemers serieus en zorg voor duidelijke kaders en randvoorwaarden. Niet alleen ik, maar ook de deelnemers geven elkaar feedback. Het doel is bewust te worden van de eigen en andermans voorkeursstijl van communiceren én de sterke en zwakke punten. Ik stimuleer deelnemers om elkaar ook na de training feedback te blijven geven.

Uitdagen in verbinding

Ik aarzel niet te confronteren, maar wel vanuit verbinding (rapport), met een positieve intentie en bij voorkeur met relativerende humor. Dit maakt zware onderwerpen lichter en beter hanteerbaar. Ik spoor deelnemers aan om uit hun comfortzone te komen en te experimenteren met nieuw gedrag. Het is mijn overtuiging dat iedereen alle benodigde (hulp)bronnen in zich heeft om oude, niet langer functionele gedragspatronen te doorbreken.

Leren door te doen

Bij verandering van persoonlijke vaardigheden is het belangrijk dat deelnemers doen. De training bouw ik daarom op volgens het principe van cyclisch leren. De deelnemers doorlopen cycli van ervaren, reflecteren, conceptualiseren (theorie) en experimenteren.

Trainingsaanbod

Mijn trainingen beslaan meerdere dagen en zijn verdeeld in blokken van twee dagen, bij voorkeur met overnachting, en een terugkomdag. Elementen (bouwstenen) uit de trainingen lenen zich uitstekend voor workshops van een dagdeel of een dag. Onderstaand een aantal voorbeelden.

Effectief communiceren

In deze driedaagse training krijg je inzicht in de basiscommunicatieregels. Je oefent praktijksituaties met een trainingsacteur en krijgt feedback op je communicatiestijl en inzicht in je kwaliteiten en valkuilen (kernkwadrant Daniel Ofman). Je leert hoe je met je eigen gedrag het gedrag van anderen kunt beïnvloeden. Onderdelen van deze training zijn de communicatiestijlentest van Thomas-Kilmann en De Roos van Leary.

Persoonlijke effectiviteit

Deze vijfdaagse training is gericht op het verbeteren van persoonlijke effectiviteit, de beweging van gelijk hebben naar gelijk krijgen. Je analyseert je eigen gedragspatronen, leert schakelen naar effectief gedrag en ontwikkelt daarin 'mentale lenigheid'. Je oefent zelf ingebrachte praktijksituaties met een trainingsacteur. Onderdeel van deze training is de Big Five-test.

Leiderschap

In deze zevendaagse training leer je de essenties van leidinggeven. Goed leidinggeven start met zelfinzicht en reflectie. Elk blok wordt afgesloten met een reflectieverslag waarop de deelnemers schriftelijk feedback krijgen. Veelvuldig worden praktijksituaties geoefend met trainingsacteur. Deze training bevat diverse testen, waaronder MBTI (Myers-Briggs Type Indicator), Big Five en het concurrerende waardenmodel van Quinn.

Maatwerktrainingen

Combinaties van bouwstenen van deze trainingen of trainingen samen met coaching en begeleiding, het is allemaal mogelijk. Voor medewerkers of voor teams. Graag overleg ik met je over het juiste aanbod voor jouw specifieke situatie.