

## Effectief Communiceren in 4 maanden

4 MAANDEN

*U bent zich ervan bewust dat de manier waarop u communiceert van grote invloed is op wat u bereikt. Toch zijn er situaties waarin uw communicatie minder goed verloopt dan u wenst. Momenten waarop u het gevoel heeft dat u uw mening beter naar voren kunt brengen, duidelijker wilt zeggen wat u bedoelt of beter zou kunnen doorvragen of luisteren. In deze training wordt u zich bewust van uw communicatiepatroon en dat van anderen. Gedurende een langere periode gaat u hiermee aan de slag. U leert de verschillende onderdelen van uw manier van communiceren te herkennen en te verbeteren. Na afloop van de training communiceert u daadkrachtiger en effectiever, zowel privé als zakelijk.*

### Resultaat

- U bent in staat op natuurlijke en effectieve wijze te communiceren
- U ontdekt uw communicatiepatronen
- U ontdekt het effect van uw communicatie op anderen
- U leert effectief non-verbaal te communiceren en vergroot uw persoonlijke uitstraling
- U leert respectvol feedback te geven en te ontvangen
- U leert om te gaan met lastige situaties
- U bent in staat om verschillende communicatiestijlen toe te passen

### Doelgroep

Iedereen die gedurende een langere periode zijn of haar manier van communiceren wil ontwikkelen.

### Studiewijze

Voorafgaand aan de training vindt een intake plaats. Deze geschiedt schriftelijk. Hierin worden uw leerdoelen in kaart gebracht. Onder leiding van een ervaren communicatietrainer wordt onder meer gewerkt met ervaringsuitwisseling, individuele opdrachten en groepsopdrachten. De opdrachten worden scherp geanalyseerd en nabesproken. Door individuele feedback krijgt u inzicht in de manier waarop u communiceert, de invloed hiervan op anderen en uw persoonlijke verbeterpunten. Aan het eind van de training schrijft u uw persoonlijk actieplan, waarin staat hoe en wanneer u het geleerde gaat toepassen.

### Duur en data

ICM verzorgt de training Effectief Communiceren in 4 maanden als zowel avond- als dagcursus. De avondcursus is van 19.00 tot 22.00 uur en bedraagt 8 bijeenkomsten. De dagcursus is van 09.30 tot 17.00 uur en bedraagt in totaal 4 bijeenkomsten. De gehele training duurt 4 maanden.

### Avondopleiding

Amsterdam – ma	Den Haag – ma	Utrecht – ma
Breda – di	Eindhoven – di	Zwolle – di
Den Bosch – di	Rotterdam – ma	

### Dagopleiding

Amsterdam – vr – zat <sup>1)</sup>	Utrecht – vr – zat <sup>1)</sup>
Eindhoven – vr – zat <sup>1)</sup>	Zwolle – vr – zat <sup>1)</sup>
Rotterdam – vr – zat <sup>1)</sup>	

De training start in mei 2011, oktober 2011, januari 2012, maart 2012 en mei 2012.

### Programma

- Het communicatieproces
- Zicht krijgen op uzelf (sterkte-zwakke analyse)
- In kaart brengen van uw communicatiepatronen
- Uw eigen rol in communicatie met anderen
- Verbale versus non-verbale communicatie
- Effectief bijsturen van gedrag en processen bij uzelf en anderen
- De techniek van vragen stellen
- Actief en empathisch luisteren
- Feedback geven en ontvangen
- Omgaan met spanningen tijdens communicatie
- Effectief gebruiken van verschillende communicatiestijlen en -patronen
- Praktijksituaties en -voorbeelden
- Persoonlijk actieplan

<sup>1)</sup> U kunt de door u gewenste dag kiezen. Indien u deze training overdag volgt, neemt u deel aan het dagarrangement (à € 37,50 per dag).

### Investering

€ 1.590

*De totale investering is excl. btw.*

### Advies en inschrijving

Voor uw vragen staan onze adviseurs u graag uitgebreid en deskundig te woord. Telefoonnummer 030 – 29 19 888. Het inschrijfformulier vindt u achter in de brochure of op internet ([www.icm.nl](http://www.icm.nl)).

Deze training biedt ICM ook In Company aan.