Effectief Communiceren in 4 maanden

Leer hoe je boodschappen empathisch en helder overbrengt en constructief verbinding maakt met je gesprekspartners.



Communiceer je helder, dan komt dit je samenwerkingen ten goede, komt je boodschap over en bereik je meer. Wat maakt dat het nu niet altijd gaat zoals je wilt? Gedurende de training Effectief Communiceren in 4 maanden schakel je de automatische piloot uit en sta je bewust stil bij de subtiele processen die bij persoonlijk contact komen kijken. Je ontdekt onder meer wat jouw communicatiestijl is en wat deze stijl oproept bij anderen. Ook ervaar je hoe je constructief verbinding maakt met je gesprekspartner. Door in deze training vier maanden intensief te oefenen met eigen situaties, verbeter je je communicatieskills aanzienlijk.

Kenmerken

Studieduur	4 maanden
Investering	€ 2.095,-
Aantal locaties	13

Unieke voordelen

- ✓ Langetermijneffect dankzij persoonlijk actieplan
- ✓ Persoonlijke begeleiding van een ervaren communicatietrainer
- ✓ Inzicht in jouw concrete ontwikkelpunten
- ✓ Word een sterke gesprekspartner

Resultaat

- ✓ Je luistert actief en empathisch
- ✓ Je stelt de goede vragen zodat je achterhaalt wat de ander écht bedoelt
- ✓ Je brengt helder over wat je vindt, voelt en nodig hebt
- ✓ Je sluit aan op en maakt verbinding met de ander
- ✓ Je komt op voor je eigenbelang zonder de relatie te beschadigen
- ✓ Je kunt omgaan met lastige situaties
- ✓ Je staat steviger in je schoenen en komt krachtiger over

Doelgroep

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

Programma

Dag 1: Basis van (mis)communicatie en communicatievaardigheden

- Wat zijn jouw sterke kanten?
- Jouw leerdoelen in kaart
- De kunst van actief luisteren
- Het LSD-model: Luisteren, Samenvatten en Doorvragen
- Verschillende communicatiestijlen (DOCN) herkennen en inzetten

Dag 2: Onderliggende factoren die jouw communicatie sturen en lastige situaties

- Inzicht in jouw kernkwadranten
- Omgaan met belemmerende gedachten
- Non-verbale communicatie: wat vertel je zonder het uit te spreken?

Dag 3: Lastige situaties

- Jouw boodschap assertief overbrengen
- Feedback geven zonder de ander te kwetsen
- Communiceren vanuit behoeften
- Gesprekken oefenen met een trainingsacteur

Dag 4: Vervolg lastige situaties en vooruitblik

- Omgaan met weerstand
- Presentaties oefenen
- Persoonlijk actieplan: hoe nu verder?

Studiewijze

Intake

Met de schriftelijke intake geef je aan wat je leerdoelen, wensen en verwachtingen zijn. Je maakt daarmee vooraf helder wat je wilt bereiken; zowel voor jezelf als voor de trainer. Je persoonlijke leerdoelen staan centraal tijdens de training.

Ervaren trainer

De trainer is een vakexpert, maar bovenal je persoonlijke coach.

Bijeenkomsten

De bijeenkomsten zijn gericht op interactie met je trainer en medecursisten. Met afwisselende werkvormen doe je kennis en inzichten op en oefen je met vaardigheden. Er is veel ruimte voor de inbreng van eigen praktijksituaties en -voorbeelden.

ICM-videoserie

Een reeks korte filmpjes vat de theorie van Effectief Communiceren samen. Ideaal als voorbereiding en als naslagwerk. En te bekijken waar en wanneer je maar wilt.

Persoonlijk actieplan

Aan het eind van de training schrijf je een persoonlijk actieplan. Daarmee zorg je ervoor dat je doorgaat met leren ook nadat het traject is afgerond.

ICM-certificaat

Heb je de gehele training gevolgd, dan ontvang je het ICM-certificaat.

Plaats & data

ICM verzorgt de training Effectief Communiceren in 4 maanden als avond- en als dagtraining. De avondtraining is van 19.00 tot 22.00 uur en omvat 8 bijeenkomsten. De dagtraining is van 09.30 tot 17.00 uur en omvat in totaal 4 bijeenkomsten. De gehele training duurt 4 maanden. Tevens is deze training volledig online te volgen via de Virtual Classroom.

De opleiding wordt gegeven in januari 2027, mei 2027, oktober 2027 en januari 2028.

Je kunt kiezen uit de volgende locaties, dagen en dagdelen:

Online Virtual Classroom	Avond: maandag Dag: woensdag, vrijdag, dinsdag of maandag
Amsterdam	Avond: maandag Dag: maandag, dinsdag, vrijdag of woensdag
Arnhem	Avond: maandag Dag: vrijdag, maandag, dinsdag of woensdag
Breda	Avond: maandag Dag: dinsdag, maandag, vrijdag of woensdag
Den Bosch	Avond: maandag Dag: maandag, dinsdag, woensdag of vrijdag
Den Haag	Avond: maandag Dag: maandag, woensdag, vrijdag of dinsdag
Eindhoven	Avond: maandag Dag: vrijdag, woensdag, dinsdag of maandag
Enschede	Avond: maandag Dag: vrijdag
Groningen	Avond: maandag Dag: maandag, vrijdag, woensdag of dinsdag
Maastricht	Avond: maandag Dag: vrijdag
Rotterdam	Avond: maandag Dag: vrijdag, woensdag, maandag of dinsdag
Utrecht	Avond: maandag Dag: vrijdag, maandag, dinsdag of woensdag
Zwolle	Avond: maandag Dag: woensdag, dinsdag, vrijdag of maandag

Investering

De investering bedraagt € 2.095,-.

Dit bedrag is excl. € 57,50 per dag voor het dagarrangement of € 25,00 per avond voor het avondarrangement. Dit zijn kosten voor het gebruik van de accommodatie, koffie/thee/frisdrank en (bij het dagarrangement) een uitgebreide lunch. Voor online bijeenkomsten rekenen we uiteraard geen arrangementskosten.

Btw

De totale investering is excl. btw. Vrijstelling van btw is mogelijk. Je betaalt in dat geval 10% bovenop de investeringsprijs.

Meer informatie

Financiering

Voor zowel werkgevers als particulieren zijn er voor het volgen van scholing diverse financieringsmogelijkheden en subsidies.

Meer informatie

Mogelijkheden vanuit je werkgever

Veel werkgevers hebben een opleidingsbudget waarmee medewerkers zich kunnen ontwikkelen en kunnen doorgroeien in hun carrière. Je kunt nagaan wat de mogelijkheden zijn binnen jouw organisatie door je arbeidsvoorwaarden erop na te slaan of door dit na te vragen bij je leidinggevende of HR.

Factuur

De factuur van deze cursus wordt na de eerste bijeenkomst verstuurd. Wil je de factuur eerder ontvangen? Je kunt dit aangeven in het opmerkingenveld bij jouw inschrijving.

Hoe ontwikkel ik blijvend betere communicatieve vaardigheden?

Je ontwikkelt blijvend betere communicatievaardigheden door bewust te oefenen, feedback te vragen en regelmatig te reflecteren op je eigen gedrag. Nieuwe communicatievaardigheden blijven pas hangen wanneer je ze toepast in dagelijkse gesprekken en leert van praktijksituaties. In de training Effectief Communiceren in 4 maanden van ICM opleidingen & trainingen werk je daarom gedurende vier maanden met persoonlijke leerdoelen, praktijkopdrachten en een actieplan.

Hoe word ik beter in actief luisteren en doorvragen?

Actief luisteren en doorvragen verbeter je door bewust te luisteren, samen te vatten en open vragen te stellen waarmee je achterhaalt wat iemand écht bedoelt. Met het LSD-model (Luisteren, Samenvatten, Doorvragen) leer je aannames te vermijden, meer begrip te tonen en de kern van een boodschap beter te begrijpen. Hulpmiddelen zoals ANNA (Alles Navragen, Nooit Aannemen) en een open, nieuwsgierige houding helpen daarbij. In de training Effectief Communiceren in 4 maanden oefen je deze vaardigheden met eigen praktijksituaties, zodat je gesprekken effectiever en empathischer voert.

Wat is de invloed van non-verbale communicatie op gesprekken?

Non-verbale communicatie beïnvloedt hoe een boodschap wordt geïnterpreteerd en bepaalt voor een groot deel hoe geloofwaardig, duidelijk en overtuigend iemand overkomt. Aspecten zoals oogcontact, stemgebruik, houding, mimiek en gebaren geven informatie over je intenties, houding en emoties, vaak nog voordat je iets zegt. Wanneer verbale en non-verbale signalen elkaar versterken, komt een boodschap krachtiger en betrouwbaarder over. In de training Effectief Communiceren in 4 maanden leer je bewust omgaan met non-verbale communicatie en oefen je hoe je verbaal en non-verbaal congruent overkomt in praktijksituaties.

Hoe ga ik beter om met weerstand en lastige gesprekken?

Beter omgaan met weerstand en lastige gesprekken begint met het herkennen van weerstand, begrip tonen voor het standpunt van de ander en bewust doorvragen in plaats van direct overtuigen of oplossingen aandragen. Weerstand kan zich uiten in bijvoorbeeld herhaling, veel detailvragen, stiltes of afhoudend gedrag. Het ADSIC-model helpt hierbij: Aanmoedigen, Doorvragen, Samenvatten, Informatie geven en Checken. Door eerst begrip te tonen en de onderliggende reden van de weerstand te onderzoeken, vergroot je de kans op een constructief gesprek. In de training Effectief Communiceren in 4 maanden oefen je met eigen praktijksituaties hoe je weerstand herkent en hier effectief op reageert.

Waarom is inzicht in mijn communicatiestijl belangrijk?

Inzicht in je communicatiestijl is belangrijk omdat het helpt te begrijpen welk effect jouw gedrag en manier van communiceren op anderen heeft en hoe je daar bewust op kunt inspelen. Door communicatiestijlen te herkennen, kun je je boodschap beter afstemmen op verschillende gesprekspartners en situaties. Het DOCN-model laat zien hoe dominante, ondernemende, constante en nauwgezette stijlen verschillend communiceren en reageren, waardoor je misverstanden voorkomt en effectiever samenwerkt. In de training Effectief Communiceren in 4 maanden leer je jouw eigen communicatiestijl herkennen, die van anderen beter begrijpen en hier bewust op aansluiten in de praktijk.

Hoe maak ik meer impact in professionele gesprekken?

Je maakt meer impact in professionele gesprekken door doelgericht te communiceren en bewust te kiezen hoe je jouw boodschap brengt. Daarbij spelen zowel je communicatiestijl als je non-verbale communicatie een belangrijke rol. In de training Effectief Communiceren in 4 maanden leer je hoe je krachtiger overkomt, beter aansluiting vindt bij anderen en meer effect bereikt in gesprekken op de werkvloer.

Hoe zien de bijeenkomsten eruit wanneer ik deze training online volg?

Wanneer je deze cursus volgt in de Virtual Classroom dan geldt deze studiewijze.

Kan ik deze training ook voor meerdere collega's binnen mijn organisatie organiseren?

Ja, je kunt de training Effectief Communiceren in 4 maanden ook voor meerdere collega’s binnen je organisatie organiseren als een incompanytraject. Een incompany-training wordt afgestemd op de leerbehoeften van de deelnemers en sluit aan op team- en organisatiedoelen. Hierdoor werk je met praktijkvoorbeelden uit de eigen werkomgeving en ontstaat er een gezamenlijke aanpak voor communicatievraagstukken. Bij de training Effectief Communiceren in 4 maanden kunnen de leerdoelen en oefeningen worden toegespitst op de communicatieve uitdagingen binnen jouw organisatie.

Advies

Voor meer informatie en inschrijving kijk op:

https://www.icm.nl/opleidingen-en-trainingen/communicatievaardigheden/effectief-communiceren-4-maanden/

Of bel 030 – 29 19 888 voor persoonlijk studieadvies.