

Workshop

'Zorg' voor communicatie

...over de kunst van contact maken...

Wil je antwoord hebben op je vraag?

Hoe voelt mijn handdruk? Hoe maak ik (oog)contact? Hoe breng ik over wat ik wil? Hoe kom ik verbaal over? Wat straal ik uit? Wat roep ik op bij anderen? Hoe (open) luister ik naar anderen? Hoe geef ik feedback? Hoe ontvang en reageer ik op feedback van anderen? Hoe raak ik anderen (aan)? Hoe laat ik mij (aan)raken door anderen? Hoe toon ik mijn betrokkenheid? Welke mate van afstand hou ik? Hoe ga ik om met mijn eigen gevoelens? Hoe reageer ik op gevoelens van anderen? Hoe hou ik leiding binnen een gesprek? Hoe kom ik op voor mijn eigen behoeften en belangen? Hoe ventileer ik mijn eigen mening? Hoe maak ik mijn verwachtingen kenbaar? Wat maakt dat sommige gesprekken me zoveel energie kosten? Hoe open en eerlijk en direct ben ik? Hoe komt het dat ik tijdens sommige gesprekken mijn aandacht er niet bij kan houden? Waarom klikt het met de één direct en met de ander niet?

Dit is je kans!

Doelgroep

De tweedaagse workshop is bedoeld voor mensen die willen onderzoeken (wat er meer mogelijk is dan) wat ze nu doen en hoe ze het nu doen. De training geeft de gelegenheid vaardigheden te leren om vanuit contact met jezelf waardevol en effectief contact te hebben met de mensen om je heen.

Werkwijze

In deze workshop onderzoek je gedurende twee dagen, door middel van theorie, oefeningen en praktische oefensituaties, jouw manier van contact maken. De workshop zal je inzicht geven in een aantal basisaspecten die binnen communicatie spelen. Door je ervaring en kennis hierover uit te breiden, leer je hoe je gebruik kunt maken van jouw mogelijkheden van contact maken met de mens(en) met wie je privé en/of op je werk te maken hebt. Uitgangspunt is dat je met je eigen 'aanwezigheid', attitude en vaardigheden de communicatie bewust kunt beïnvloeden. Doel is dat je jouw mogelijkheden nog meer bewust kunt inzetten binnen privé -en werkrelaties.

Op verschillende manieren zul je aan de slag gaan met je eigen leervraag. Leren is in deze training een voortdurend proces van ervaren, observeren, overdenken en experimenteren. Er wordt meer aandacht geschonken aan 'doen, voelen, denken en ervaren' dan aan 'praten over'.

Indien gewenst kan José je ook persoonlijk, eventueel in samenwerking met een trainingsacteur, verder begeleiden bij vragen die tijdens de workshop naar boven komen.

Over de trainster

'Het grootste geschenk dat ik kan geven is de ander te zien, te horen, te begrijpen, aan te raken. Wanneer dat gebeurt voel ik dat er contact is gelegd'. (Virginia Satir)

José Welten interesseert zich al lang voor de manier waarop mensen tijdens gesprekken contact maken en uit contact gaan, bewustzijn en gewaar zijn, luisteren en iets overbrengen en aanraken en geraakt worden. Haar hart ligt bij de kunst en kunde waarmee mensen zich weten te verbinden met anderen. Met de achtergrond van verschillende trainingen, workshop en opleidingen heeft José een eigen praktijk -en trainingsaanbod. Zo heeft zij in haar aanbod deze tweedaagse training voor mensen die zich persoonlijk en/of professioneel willen verdiepen in hun communicatie met anderen.

Praktische informatie

Deze training kan ook 'in company' gegeven worden voor de doelgroep, op een locatie en op de dagen die de opdrachtgever wenst.

Aantal deelnemers: Minimaal 8 en maximaal 16

Voor informatie en overleg Bel de praktijk van José
020-4190240 of 06-47430001

Of email naar: j.c.welten@gmail.com