



open training **assertiviteit**

Sommige mensen vinden het lastig om voor hun rechten op te komen. Ze durven niet goed uiting te geven aan hun gevoelens, verlangens, verwachtingen en ideeën. De training Assertiviteit leert de deelnemer beter voor zichzelf op te komen.

Doel

Het doel van de training is inzicht verkrijgen in de eigen manier van omgaan met anderen. Ook wordt eraan gewerkt houding en vaardigheden te versterken die specifiek van belang zijn.

Onderwerpen die aan de orde kunnen komen:

- mening ventileren en onderbouwen
- manifesteren
- overleggen in groepsverband
- 'nee' zeggen
- omgaan met conflicten
- verbale- en non-verbale communicatie
- gesprekstechnieken
- assertief, subassertief en agressief

Werkwijze

Er wordt zowel in tweetallen als in groepsverband geoefend. Bij het nabespreken van de oefeningen wordt gebruik gemaakt van video-opnames en van waarnemingen van de deelnemers. Aan het eind van iedere bijeenkomst krijgen de deelnemers een opdracht mee, die betrekking heeft op de werksituatie. Deze opdracht wordt tijdens de volgende bijeenkomst besproken.

De training 'assertiviteit' legt een goede basis voor andere trainingen op het terrein van sociale en communicatieve vaardigheden.

DUUR

4 halve dagen, verspreid over 4 weken

DATA

Zie website. www.logikos.nl

TIJDEN

09.30 - 12.30 uur

PLAATS

Nijmegen of Utrecht

DOELGROEP

personen die hun omgang met anderen willen verbeteren

GROEPSGROOTTE

maximaal 6 personen

PRIJS

€ 600,- per persoon, inclusief materiaal en consumpties

Wij zijn vrijgesteld van BTW.



*Als afsluiting ontvangt u
"Als u begrijpt wat ik bedoel;
kleine gids voor de spreker",
geschreven door Jack Diekstra.
Uitgeverij Logikos
ISBN 90-74734-18-9*