



TRAINING

Assertiviteit

€ 485,- p.p.
Excl. Btw

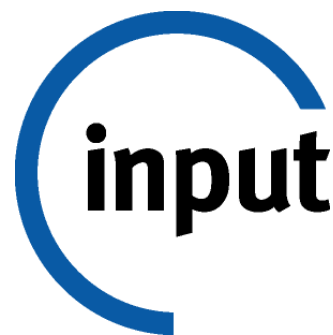
HBO werk &
Denkniveau

1 DAG
Wo/Do/Vr
9.30- 16.00

Kom jij voor jezelf op? Durf jij je mening te uiten of houd je die liever voor je? Veel mensen voelen zich te onzeker om hun mening te delen met een ander.

Assertiviteit is het uiten van je gedachten, mening en gevoelens op een directe, eerlijke en gepaste wijze. Het opkomen voor je eigen belangen op een respectvolle manier die past bij de situatie.

Tijdens de training Assertiviteit richten we ons op de persoonlijke ontwikkeling van de deelnemer(s) op het gebied van communicatievaardigheden het ontwikkelen en/of versterken van het zelfvertrouwen.



Input Support B.V.

Hoefsmid 11
2631 RH Nootdorp

Aan het einde van deze training kun jij zelfverzekerd communiceren binnen een groep en weet jij hoe je jouw mening beter en sterker kunt ventileren aan anderen. Ook weet jij aan het einde van de training de antwoorden op belangrijke vragen, zoals:

- Hoe kan ik duidelijk(er) mijn grenzen aangeven?
- Hoe stel ik mij minder afhankelijk op?
- Hoe kom ik (beter) voor mezelf op?
- Hoe spreek ik een ander aan op zijn gedrag?



Onderwerpen

- **Hoofdaspecten communicatie**
 - ✓ Je mond open durven doen
 - ✓ Hoe met stiltes om te gaan
 - ✓ Actief en niet reactief reageren
- **Doelgericht communiceren**
 - ✓ Communicatie technieken
 - ✓ Het stellen van open en gesloten vragen
 - ✓ Het gesprek sturen
- **Creëren van zelfvertrouwen**
 - ✓ Gedrag in een groep (voel je op je gemak in een gezelschap)
 - ✓ Je respectvol uiten zonder anderen nodeloos te kwetsen
 - ✓ Je niet laten overspoelen door anderen of omstandigheden
- **Inzicht krijgen in je eigen functioneren**
 - ✓ Hoe reageren op anderen
 - ✓ Niet te veel hooi op je vork nemen
 - ✓ Omgaan met conflicten – Gedrag lokt gedrag uit – Roos van Leary

Is deze training iets voor jou?

Deze training is voor jou geschikt als je jezelf meer op de voorgrond wilt zetten zonder daarbij je gesprekspartner uit het oog te verliezen. Als je duidelijker je mening en grenzen wilt kunnen aangeven op een directe en respectvolle manier.



Op een datum naar keuze die uitkomt voor jou en de trainer.
Wo/Do/Vr 9.30- 16.00



Trainingen worden gegeven bij ons op locatie, een locatie naar keuze of online.

Investering

De kosten voor deze training bedragen € 485,- p.p.
De training duurt 1 dag.

Inclusief

- Trainingsmaterialen en syllabus
- Ingelijst certificaat
- Trainingen die worden verzorgd bij ons op locatie: Lunch, koffie/thee/water en gratis parkeren voor de deur

Exclusief

Btw en reiskosten a € 0,19 cent per kilometer indien de trainingen op een locatie buiten Input Support worden gehouden



W



Voordelen van Input Support

- Kleine groepen 1 tot 3 deelnemers
- Een praktische en praktijkgerichte aanpak
- Trainer(s) met veel vakkennis en jarenlange ervaring
- Hoge waardering door cursisten op Springest.nl



*Direct
Inschrijven*

Meer weten of interesse in een training?

Email: Info@inputsupport.nl

Tel: 015 3801410

www.inputsupport.nl



Of neem direct contact op met **Caroline** (coördinator trainingen)

Via c.put@inputsupport.nl



ONZE TRAININGEN

Financiële trainingen

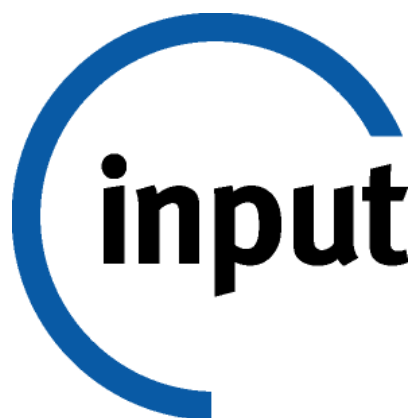
- Balanslezen
- Creditmanagement
- Debiteurenbeheer
- Kredietacceptatie
- Telefonisch incasseren

Persoonlijke effectiviteit trainingen

- Assertiviteit
- Omgaan met klachten
- Time Management

Workshops

- Balanslezen
- Kredietacceptatie
- Creditmanagement
- Kredietverzekering



Input Support B.V.

Hoefsmid 11
2631 RH Nootdorp



www.inputsupport.nl



Input Support BV



Springest