

'Indruk maken'

Vergroot je persoonlijke uitstraling en kom over zoals je bedoelt



**Edufit, Graaf Florisweg 30, 2805 AL Gouda
tel: 0182 - 519292, www.edufit.nl, info@edufit.nl**

Wil je meer regie over jouw eigen leven?

Edufit is een bureau met als missie: inspireren, stimuleren en ondersteunen van particulieren, professionals, en organisaties op het gebied van Educatie, Bewegen en Gezondheid.

Persoonlijke inspiratieworkshops

De inspiratieworkshops zijn bedoeld voor iedereen die meer regie over zijn eigen leven wil krijgen en zijn efficiëntie, effectiviteit of werkplezier wil vergroten.

Workshop: 'Indruk maken'

Heb je ook wel eens het idee dat je anders overkomt dan je bedoelt? Je wordt bijvoorbeeld door de omgeving als verlegen ingeschat, of arrogant, terwijl dat niet je bedoeling is en je dat ook niet in jezelf herkent. Het effect kan zijn dat jouw boodschap niet overkomt en dat je niet bereikt wat je zou willen. Mensen die je goed kennen hebben er minder moeite mee, maar zelfs dan kan het gebeuren dat je bedoelingen niet serieus genomen worden.

Daarnaast kan het in allerlei situaties belangrijk zijn indruk te maken op anderen. Of je nu gaat solliciteren, een date hebt, een presentatie houdt bij een belangrijke klant of voor de klas staat: je wilt graag dat men overtuigd is van jouw kwaliteiten.

Uit onderzoek is vastgesteld hoe belangrijk de eerste indruk kan zijn: als iemand eenmaal een negatieve indruk van je heeft, zal je extra moeite moeten doen om diegene van het tegendeel te overtuigen!

Eén van de allereerste dingen die je doet bij een ontmoeting, is handen schudden. Geeft de ander een klam en slap handje? Dan komt hij of zij over als nerveus en verlegen. Iemand die daarentegen een stevige hand geeft, maakt een extraverte en vriendelijke indruk.

In deze workshop krijg je inzicht in de indruk die jij maakt op anderen. Daarnaast krijg je tips om beter over te komen zoals je zelf bedoelt.

We letten op het effect van jouw buitenkant op de ‘overkant’. Onderwerpen zijn: je verpakking (kleding, kapsel, bril etc.), je houding en gebaren, en de manier waarop je (oog)contact maakt. Uiteraard gaan we niet sleutelen aan je authenticiteit. Je blijft jezelf, maar je wordt beter op waarde geschat.

Doelen

Na afloop van de workshop kunnen de deelnemers:

- vertellen hoe zij op anderen overkomen en hebben zij hun blinde vlek verkleind.
- aangeven hoe lichaamshouding, gebaren en verpakking de indruk van anderen beïnvloeden.
- zichzelf presenteren waarbij zij de tips in de praktijk toepassen.

Programma

- Introductie
- Kennismaking
- Hoe kom ik over op anderen? De eerste indruk
- Invloed van lichaamshouding en uiterlijk
- Afsluiting

Visie op opleiden en leren

De workshop is opgebouwd volgens het lesconcept van activerend opleiden. Daarnaast wordt bij de keuze van de werkvormen rekening gehouden met de verschillende soorten intelligenties. Hierdoor is de workshop afwisselend en interactief, en heb je voldoende mogelijkheden om de informatie toe te passen.

Groepsgrootte

De minimale groepsgrootte is 5 personen. Maximaal kunnen 15 personen deelnemen. Van de deelnemers wordt een actieve deelname verwacht.

Deze trainers geven de workshop

Lia Bijkerk is docent/trainer en onderwijskundige. Haar missie is: inspireren, stimuleren en ondersteunen van particulieren, professionals, en organisaties op het gebied van Educatie, Bewegen en Gezondheid.

Lia heeft verschillende boeken geschreven over activerend opleiden en het verbeteren van de persoonlijke effectiviteit.



Titia van der Ploeg werkt als communicatietrainer, coach en facilitator. Haar werkmotto: 'Help mij het zelf te doen', vormt de basis van elke training of coaching die zij geeft. Titia heeft boeken geschreven over vergaderen, het voeren van tweegesprekken en bladen maken.



Kosten

De workshop kan incompany worden gegeven op jouw eigen locatie. De kosten voor deze workshop bedragen € 1250,00 (inclusief 19 % btw). Dit bedrag is exclusief reiskosten.

Bij een reisafstand van meer dan 100 km wordt een aangepast tarief berekend.

Contact

Voor aanvullende informatie kun je contact opnemen met Lia Bijkerk op 0182-519292 of via e-mail: l.bijkerk@edufit.nl