

## Assertief Omgaan met Feedback

---

Type:	Open training
Categorie:	Persoonlijke Ontwikkeling
Trainingsduur:	2 x 1 dag
Max. groepsgrootte:	12
Trainingsprijs:	€ 905*
Meer informatie:	<a href="http://www.schoonderwoerd.nl/fb">http://www.schoonderwoerd.nl/fb</a>

\* dit bedrag is exclusief BTW en verplicht materiaal (à € 35,00) en accommodatie (à € 120,00).

---

**Goede samenwerking valt of staat bij feedback! Het blijkt niet altijd makkelijk iets te horen over gedrag van onszelf of iets te vertellen over gedrag van anderen. Vaak zijn we bang dat de ander in verwarring zal raken of zal worden gekwetst en het contact zal verbreken. Toch is het goed geven en ontvangen van feedback een onontbeerlijke eigenschap voor mensen die met elkaar samenwerken. In de praktijk blijkt dat als u op zorgvuldige wijze met de ander praat over gedrag en hoe dat een rol speelt in het werk, in het onderling contact of in de samenwerking, dit zeer wordt gewaardeerd en de werkrelatie verbetert. De training Assertief Omgaan met Feedback is bedoeld voor iedereen die op deze manier feedback wil leren geven en ontvangen, beter voor zichzelf wil opkomen en de effectiviteit van de samenwerking wil verbeteren.**

### Voor wie?

Deze training is geschikt voor iedereen:

- op een authentieke manier wil leren feedback te geven;
- wil leren feedback op een neutrale manier te ontvangen;
- wil leren op een constructieve wijze invloed uit te oefenen;
- helder en duidelijker wil communiceren vanuit kracht;
- inzicht wil krijgen in zijn eigen processen en patronen bij het geven en ontvangen van feedback.

### Resultaat

Na de training kent u de regels van het adequaat geven en ontvangen van feedback. Tevens weet u wat feedback met u persoonlijk doet en weet u welke emotionele processen u doormaakt door het geven of ontvangen van feedback.

### Wat deelnemers zeggen

“Prima training, genoeg handvatten om in praktijk toe te gaan passen/mee te oefenen.”

“Het is mij helder geworden dat ik mede verantwoordelijk ben voor de reactie van de ander.”

“Duidelijke theorie afgewisseld met praktische tips met betrekking tot mijn emoties.”

### Inhoud

In de training werken we uit op welke manier u een ander kunt aanspreken op gedrag en welke regels (gebruiksaanwijzingen) daarbij belangrijk zijn. We maken daarbij onderscheid tussen kritiek (gekoppeld aan afspraken of normen, dwingt tot verandering) en persoonlijke feedback (gekoppeld aan persoonlijke beleving, nodigt uit tot verandering). De theorie achter

---

het effectief geven en ontvangen van feedback is gemakkelijk overdraagbaar. Het toepassen in de praktijk vraagt veel oefening. Een belangrijk kenmerk van deze training is dan ook leren door doen, herhalen en het geleerde uzelf eigen maken. We gaan in deze training dieper in op uw eigen voorkeuren en angsten en wat voor effect feedback heeft op uw communicatie en interactie.

Onderwerpen zijn onder meer:

- het verschil tussen kritiek en persoonlijke feedback;
- de effecten van het wel of niet geven van feedback;
- regels voor het geven en ontvangen van feedback;
- valkuilen bij het geven en ontvangen van feedback;
- waardering uitspreken;
- feedback geven vanuit kracht (met behulp van kernkwaliteiten);
- welke reactie heb je na het ontvangen van feedback, wat zijn de onderliggende processen;
- de emotionele effecten op jou als gever en ontvanger;
- inzicht in wat communicatie is en hoe het tot stand komt.

### Werkwijze en leerstijl

Leren en ontwikkelen gaat niet zomaar. Het vergt tijd, oefening, durf en overredingskracht voor uzelf en uw omgeving. Een veilige groepssfeer in de training nodigt uit tot openheid en het experimenteren met nieuw gedrag.

In de training wisselen we theoretische kennis af met ervarend leren. We zullen veelvuldig gebruik maken van rollenspellen en andere praktische oefeningen. Uiteraard maken we gebruik van onderlinge feedback om elkaar te spiegelen en stimuleren.

### Groepssamenstelling

Wij streven naar een groepssamenstelling met een diversiteit in achtergrond en werkomgeving om zo het leereffect te vergroten. De meeste deelnemers werken op middelbaar en hoger niveau en zijn afkomstig uit het bedrijfsleven en de overheid. De groepsgrootte varieert tot 12 deelnemers.

### Duur, data en locatie

De training bestaat uit twee separate dagen met een tussenliggende periode van twee weken. Assertief Omgaan met Feedback kent vier startdata per jaar.

- Duur trainingdagen: 9:30 - 17:00

Data	Locatie
vr. 27 mei, 10 juni	Regio Utrecht
di. 27 september, 11 oktober	Regio Utrecht
wo. 16 en 30 november	Regio Utrecht

## Prijs

Trainingsprijs bedraagt € 905,00, dit bedrag is exclusief verplicht materiaal (à € 35,00) en accommodatie arrangement (à € 120,00).

Alle genoemde bedragen zijn exclusief BTW.

Het materiaal bestaat uit een map, verscheidene syllabi, handouts en schrijfmateriaal.

Het accommodatie arrangement is opgebouwd uit het gebruik van de accommodatie, koffie/thee en lunch. Als u dieetwensen hebt verzoeken wij u ons daarvan op de hoogte te stellen. Als u gebruik wilt maken van diner of overnachting dan kan Schoonderwoerd & Partners dat voor u regelen. De kosten hiervoor dient u rechtstreeks met het hotel/conferentiecentrum te verrekenen.

## In-company maatwerk

De training Assertief Omgaan met Feedback verzorgen wij tevens als in-company training. De inhoud van de training zal dan aangepast worden aan de leerbehoefte van uw organisatie.

## Persoonlijk advies

Twijfelt u of de training Assertief Omgaan met Feedback aansluit bij uw leerwens? Wij geven u graag een persoonlijk advies. Dit kan direct met het kantoor per telefoon **0182 - 362 777**, of stuur ons uw vraag per e-mail **info@schoonderwoerd.nl**.