

# Individueel traject: Luisteren

## Doel van het individuele traject

Het leren tonen, belangrijke informatie op te pikken uit mondelinge mededelingen door actief doorvragen en in te gaan op reacties.

## Persoonlijke begeleiding / Coaching

Een individueel traject kunnen we, afhankelijk van de vraag, aanbieden als Persoonlijke begeleiding of als Coaching.

De begeleiding heeft een krachtige, effectieve formule waarbij de deelnemer wordt uitgenodigd, vriendelijk geprikkeld en geïnspireerd om op een actieve manier (over zichzelf) te leren.

## Kosten

### Persoonlijke begeleiding

Duur: 2 tot 4 afspraken

Kosten: € 100,- per uur

Locatie: Nieuwegein of Utrecht

### Coaching

Duur: gemiddeld 6 coaching sessies

Kosten: vanaf € 125,- per uur

Locatie: in overleg

## Informatie

T: 030 60 62 711

E: [workshop@reynaarde.nl](mailto:workshop@reynaarde.nl)

[www.competentieworkshop.nl](http://www.competentieworkshop.nl)

## Competentieworkshop.nl

Is een onderdeel van

Reynaarde Talentontwikkeling

## Je hoort me wel, maar luister je ook?

### Effectief gedrag

In de begeleiding gaan we actief aan de slag met het volgende gedrag van de competentie Luisteren:

- De ander uit te laten praten en, indien nodig, vriendelijk onderbreken.
- Door verbale en non-verbale technieken de ander actief uitnodigen om zijn verhaal te vertellen.
- Een natuurlijk moment leren kiezen om samen te vatten en verdiepingsvragen te stellen.

### Persoonlijke begeleiding

- Bij persoonlijke begeleiding gaat het om het ontwikkelen van praktische vaardigheden. In individuele gesprekken worden knelpunten geanalyseerd en worden de vaardigheden geoefend, eventueel met gebruik van video.
- Voorafgaand en tussen de afspraken door krijgt de deelnemer opdrachten waarmee in de praktijk kan worden geoefend. Doorgaans omvat individuele begeleiding 2 tot 4 afspraken.
- De persoonlijke begeleiding wordt verzorgd door één van onze adviseurs, trainers of coaches (afhankelijk van de vraag) die ervaring heeft met de te ontwikkelen competentie.
- Onderwerpen die behandeld kunnen worden in persoonlijke begeleiding zijn meestal individuele competenties, maar ook sollicitatievaardigheden of bepaalde gesprekstechnieken kunnen hiermee ontwikkeld worden.

### Coaching

- Individuele coaching zetten we in bij meer complexe vraagstukken en bij aan iemands persoonlijkheid gerelateerde vraagstukken.
- De belangrijkste onderwerpen in ons coachtraject zijn begeleiding bij management taken, loopbaanvraagstukken, (dreigende) burnout, outplacement, leidinggeven en het leren omgaan met fysieke en psychische beperkingen in het werk.
- Bij luisteren wordt er gecoached op Persoonlijkheid: De persoonlijkheid (het karakter) is een combinatie van aanleg en in de loop van het leven ontwikkelde typerende kenmerken. De wijze waarop u heeft leren omgaan met gebeurtenissen en met mensen bepaalt in belangrijke mate uw denken en handelen. "De aard van het beestje". Dit levert voor ieder mens ook beperkingen op.

