
16/05 Assertief van binnenuit - ONLINE

INHOUD

In deze training leren de deelnemers het volgende:

- De betekenis van assertiviteit kennen
- Inzicht krijgen in assertieve en minder assertieve stukken in jezelf
- Leren voelen van 'ja' en 'nee' in je lichaam
- Inzicht krijgen in eigen struikelblokken in relatie tot assertief gedrag
- Leren voelen van eigen grenzen en behoeften
- Bewust leren kiezen wat met grenzen te doen
- Leren uitspreken van eigen behoeften en grenzen met respect voor de ander

PROGRAMMA

In de zorgsector kom je vaak in contact met mensen die zich in moeilijke omstandigheden bevinden, wat soms intense reacties kan veroorzaken, zowel bij de zorgvragers als hun families. In deze uitdagende context is assertiviteit van onschatbare waarde.

Een assertieve houding betekent niet alleen opkomen voor je mening, maar ook respectvol zijn naar anderen toe. Te vaak leren we communicatieve technieken om onze standpunten te verwoorden, terwijl we vergeten dat assertiviteit begint bij onszelf. Het heeft alles te maken met zelfrespect. Als je dat innerlijke zelfrespect kunt voelen, wordt het uiten van je mening plotseling veel gemakkelijker.

Deze vorming gaat dieper dan alleen technieken aanleren. We helpen je ontdekken hoe 'ja' en 'nee' aanvoelen in je eigen lichaam. Door dit innerlijke gevoel te begrijpen, krijg je meer inzicht in je eigen behoeften en leer je deze op een gepaste manier te uiten in interactie met anderen. We zullen je helpen je persoonlijke grenzen te voelen, bewuste keuzes te maken en deze op een respectvolle manier uit te drukken.

Onze benadering van assertiviteit en grenzen is verankerd in het lichaam, wat leidt tot blijvende en diepgaande resultaten. Sta sterker in je schoenen als zorgverlener en schrijf je nu in voor deze transformerende vorming. Leer hoe je respect voor jezelf kunt voelen en hoe dit de sleutel is tot effectieve assertiviteit in de zorg.

DOELGROEP

Diensten met bijdrage aanvullend Sociaal Fonds van de non-profit (PC 337), federale gezondheidsdiensten, gezinszorg, kinderopvang, lokale diensteneconomie, maatwerkbedrijven-BWP, maatwerkbedrijven-SWP, opvoedings-en huisvestingssector, ouderenzorg, revalidatiecentra,

socioculturele sector, thuisverpleging, Vlaamse welzijnssector,
ziekenhuizen

OPLEIDER
Prik Prik

LOCATIE
online

KOSTPRIJS
gratis

MEER INFO
<https://www.vivosocialprofit.org/opleidingen-open-aanbod/26123-0>

ORGANISATIE
VIVO en FeBi

Disclaimer

Vlaams Welzijnsverbond kan niet aansprakelijk gesteld worden voor de inhoud van deze gepubliceerde info uit het werkveld. Bij vragen gelieve contact op te nemen met de contactpersoon die je hier in de linker kolom terug vindt.

Bron: <https://www.vlaamswelzijnsverbond.be/info-uit-het-werkveld/1605-assertief-van-binnenuit-online>