



Assertiviteit, zelfvertrouwen en sociale vaardigheden

Niet de eerste, wel de beste?

Het valt niemand makkelijk om voor zichzelf op te komen, maar wie van huis uit niet zo mondig is, heeft vaak nog grotere problemen. Als de sfeer dan ook nog intimiderend is, kiezen mensen er soms voor om maar te zwijgen. En daarmee laten ze kansen en mogelijkheden voorbij gaan.

Of het nu gaat om een sollicitatiegesprek, een verzoek om loonsverhoging of een arbeidsconflict, veel mensen vinden het moeilijk om te zeggen wat ze op hun hart hebben of om hun mening te geven. Nervositeit kan mensen doen dichtklappen maar kan ook juist het tegendeel veroorzaken. Mensen gaan ratelen en wekken op die manier net zo'n verkeerde indruk van zichzelf als iemand die geen woord meer uit kan brengen. Vervelend als u in een gezelschap bent, maar nog vervelender wanneer u bijvoorbeeld ergens komt solliciteren.

Door middel van trainingen leert u in praktijk hoe u met moeilijke gesprekken om kunt gaan en uw eigen belang goed kunt bewaken. Bovendien leert u uit de omstandigheden waarvoor u wordt geplaagd hoe u tot een bepaalde reactie komt. Vervolgens gaan wij met u kijken of die reactie de juiste is en of er wellicht alternatieven zijn. Zoals bij alle producten en trainingen van IVIO-Arbeid krijgt u ook tijdens deze cursus een persoonlijke begeleider die u en uw belangen doorlopend voor ogen heeft. De cursus is zeker niet alleen gericht op sollicitatiegesprekken. Integendeel, u kunt de methodes toepassen in allerlei situaties en op allerlei momenten in het dagelijks leven.

IVIO-Arbeid helpt u om een beetje steviger in uw schoenen te staan.

**Bolderweg 2, 1332 AT Almere
0900-5437233
arbeid@ivio.nl www.ivio-arbeid.nl**