

# Communiceren kan je leren!

## Jouw uitdaging:

- communiceren gaat lastig: innerlijke emoties zorgen ervoor dat je dichtklapt, of misschien juist snel uithaalt
- je wilt graag iets kwijt maar de boodschap komt niet over zoals jij dat had gewild
- je hebt soms wel eens moeite met anderen goed te begrijpen

## Wat er in de weg zit:

- je weet niet zo goed hoe het anders zou kunnen, maar beseft wel dat verandering nodig is en dat je er aan wilt werken
- emoties die steeds opkomen, zoals angst, verdriet of boosheid
- 'kan die ander niet gewoon normaal doen?' denk je vaak

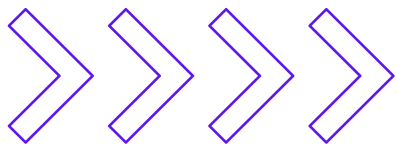


training verspreid over 5 zaterdagen

startdatum: 23 september 2023

locatie: Zoetermeer





# Communiceren kan je leren!

## De oplossing:

- je leert verschillende modellen die inzicht geven in menselijk gedrag waardoor je meer begrip krijgt
- je leert je bewust te zijn van jouw emoties en krijgt tools om daar mee om te gaan zodat je wel uit je woorden komt
- je gaat aan de slag met technieken en taalpatronen om een gesprek zo soepel mogelijk te laten verlopen

## Het resultaat:

Je voelt je **gehoord** en **begrepen** waardoor je diepgaande relaties verder kunt ontwikkelen (of het nu is met je partner, ouder, kind, vriend(in) of collega).

Daarnaast groeit jouw **zelfvertrouwen** en **eigenwaarde** en daarmee wordt jouw leven gelijk een stuk **ontspannender** en **leuker!**



**meld je aan:**

[www.trueyou.training](http://www.trueyou.training)



TRUE  
YOU  
Trainingen

