

**Inhoud cursus/training:**

* Doel en nut van weerbaarheid binnen het werkveld
* “Professioneel handelen”
* Begripsbepaling “Assertiviteit, sub assertiviteit en agressiviteit”
* Herkennen en voorkomen van lastige werksituaties, wat is je eigen aandeel en wat kun je beïnvloeden?
* Interactiemodellen
* Herkennen van en omgaan met A,B,C en D gedrag
* Oefenen van sociale en communicatieve vaardigheden (evt. met acteur) o.a. grenzen stellen i.r.t. eigen ingebrachte casussen
* Borging: hoe door te ontwikkelen en/of de aangeleerde competenties te behouden?

**Het betreft maatwerk: inhoud wordt na intake vastgesteld!**

**Lengte van de cursus/training:**

Afhankelijk van de intake/ wens opdrachtgever. Standaard: 1 dagdeel a 2 dagdelen

**Naam cursus/training:**

Weerbaarheidstraining

**Doelstellingen van de cursus/training: de deelnemers kunnen/weten**

* Eenduidige visie op “Assertiviteit, sub assertiviteit en agressiviteit”.
* Kennen hun eigen aandeel in voor hen lastige situaties.
* Weten controle over zichzelf te krijgen en/of te behouden.
* Kennen en herkennen in welke rol zij zich bevinden in interactie met de ander
* Kunnen zich naar een gewenste rol verplaatsen in de voor hen ongewenste interactie
* A,B,C en D gedrag herkennen en weten welke strategie hierbij gewenst is
* Kunnen uiting geven aan sociale – en communicatieve vaardigheden (oefenen met acteur: o.a. grenzen stellen)
* Hebben een plan van aanpak gemaakt om de ingezette ontwikkeling of competenties op gebied van weerbaarheid te waarborgen of door te ontwikkelen

Het betreft maatwerk: doelen (organisatie- en individueel) worden vastgesteld en verwerkt in het programma

**Werkwijze cursus/training:**

Is afhankelijk van leerstijlen/ wens van de deelnemers/organisatie (intake)

**(Eind-)toets/getuigschrift:**

De deelnemer ontvangt een getuigschrift na actieve deelname en waarop staat vermeld welke onderdelen hij/zij heeft gevolgd

*Let op men kan niet de cursus/training vervolgen wanneer men meer dan 20% gemist heeft.*

**Studiebelastinguren cursus/training:**

Afhankelijk van de intake/ wens opdrachtgever. Maximaal 1 uur per bijeenkomst

**Niveau van de cursus/training en doelgroep:**

Het betreft maatwerk. Niveau kan variëren van niveau 2 t/m niveau 5

Doelgroep: Profit/ Non profit