

(Eigen)wijs  
communiceren

Zicht op  
wat er speelt

**Jouw vraag**

**Communiceren lijkt vanzelfsprekend, iets wat alle mensen van nature kunnen. Helaas, ook communiceren leren de meeste mensen niet vanzelf.**

- Krijg je niet gezegd wat je wil zeggen?**
- Ben je onzeker over je eigen houding?**
- Voel je je snel aangevallen?**
- Maak je niet gemakkelijk contact?**
- Krijg je geregeld reacties die je niet kunt plaatsen?**
- Raak je abnormaal gestresst als je in nieuwe situaties komt?**

# Ons antwoord

**In actieve, levendige workshops krijg je meer zicht op je eigen houding en op wat er speelt tussen mensen. Je oefent en kunt vrijuit zoeken naar wat jouw communicatie kan versterken.**

**We gaan je geen trucjes leren maar maken voor jou zichtbaar en voelbaar wat er speelt. We werken met concrete situaties die jij beleeft in je stage, op school of in je vrije tijd. Spannend maar ook leuk, omdat je aan de slag gaat met wat jij ervaart.**

**Wie zijn wij?**

**Ingrid Vreke werkt als dramadocent met jongeren en jong volwassenen. Zij is helemaal in haar element als ze bezig is met lichaamstaal en wat je daarmee kunt bereiken.**

**Karin Dormans is communicatie-adviseur / interactie-adviseur en coacht mensen om te weten wat ze echt willen bereiken en hoe ze dat kunnen realiseren.**

# Concrete



**Eerste gesprek: je formuleert je leervraag. Afhankelijk daarvan doen we een voorstel voor de duur van je traject.**

**Groepssessies: in principe werken we in groepen van 4 tot 8 personen, zodat je van elkaar kunt leren. De groepssessies duren twee uur en kunnen in overleg worden uitgebreid.**

**Individuele sessies: als er geen groep is waar je in kunt of wilt instromen, bieden we je een individueel traject aan.**

**Individuele bijeenkomsten duren een uur.**

# Praktisch

**Locatie: Ransdalerstraat 51, 6311  
AW Ransdaal, bereikbaar per auto  
en trein (5 minuten van station  
Klimmen-Ransdaal, elk half uur  
een trein)**

**Kosten:**

**Groepssessie: 25 euro per  
bijeenkomst per persoon**

**Individuele sessie: 12,50 euro**

**Meer informatie:**

**Karin Dormans t 043 459 1155**

**Karin Dormans**

**Ingrid Vreke**