

SOCIALE VAARDIGHEDEN

LEREN DOOR TE DOEN, VOLGENS
DE GOLDSTEIN METHODIEK

Omgaan met anderen kan lastig zijn.
Je kunt je dan onzeker of onbegrepen voelen.
Sociale vaardigheden kun je oefenen.
Zo groei je in je zelfvertrouwen.



Voor wie?

Voor mensen die leren door te doen (18 jaar en ouder).



Wat kun je leren?

- Kennismaken en contact maken
- Luisteren
- Iets vragen en hulp vragen
- Gesprek voeren
- Nee zeggen en grenzen aangeven
- Complimenten geven en ontvangen
- Iets bespreken en opkomen voor je mening
- Feedback/ kritiek geven of ontvangen

- Je leert deze vaardigheden in een rollenspel.
- Natuurlijk oefen je ook thuis, op je werk of bij de sport.
- Je krijgt een werkboek mee om te oefenen.

Over de training



10 bijeenkomsten
(2 uur per keer)



Maximaal 8
personen



0,-

Wil je meer weten of aanmelden?



www.wijkrachtacademie.nl



088-9455722



info@wijkracht.nl