



EMOTIE  
vs.  
RATIO

interactieve workshop

“De veranderende realiteit, de cijfers en de alledaagse werkelijkheid vragen soms (vaak) ander gedrag van medewerkers. Gedrag van mensen dat dient te veranderen dat is een hele klus. Hoe kan dat zo moeilijk zijn? Gedrag wordt gevoed door emotie. Dus daar moeten we mee aan de slag.”

- Miranda Vanbrabant -

Leiding geven met ratio én emotie,  
kan dat wel?

2 & 3 februari 2017

Hubermont Space for Development, La Roche en Ardenne

# Leiding geven met ratio én emotie, kan dat wel? Hoe je emoties gebruiken in een wereld vol ratio?

## EMOtIES bEPALEn OnS GEDRAG

Wil je weten hoe je ervoor kunt zorgen dat de emotionele temperatuur in uw bedrijf en tijdens de verandering niet teveel maar ook niet te weinig oploopt? Wil je leniger worden in het schakelen tussen interventies gericht op het hoofd of op het hart? Dan is dit het beste seminar voor u!

Hoe kan ik mijn emotieS aLS Signaal gebruiken? Hoe HeLP ik de ander effeCtief met emotieS om te gaan? dit aLLeS om effeCtief Leiding te geven!

Als leider spendeer je veel tijd in het oplossen van allerlei obstakels. Voer je tenslotte een beslissing door, dan merk je dat er weerstand is bij deze oplossing. Of soms weet je wat de meest efficiënte oplossing is, maar voel je negatieve emoties bij jezelf en/of bij de andere.

wat doe ik aLS ik weerStand ondervind? Hoe verbind ik mij met de andere?  
Hoe komt mijn feedbaCk over?

Erkennen van emoties bij jezelf en bij de ander is reeds een eerste stap. Het bewust worden van de oorsprong van emoties en het bijhorende gedrag helpt je mijlen vooruit in het behalen van je doelen. Krijg ik mijn emoties onder controle? Vanuit zelfkennis, ben je in staat een tweede stap te zetten. Je herkent je emoties en weet ze te duiden in het hier-en-nu.

*Analyze – Think – Change: zo gaan leidinggevend en vaak te werk. Gebruik ook SEE – FEEL – CHANGE en elke leidinggevende wordt effectiever. (Miranda Vanbrabant)*

tijdens deze interactieve workshop begeleiden wij de deelnemers in een traject om hun emoties te leren gebruiken als goede raadgever.

nadat je jouw persoonlijke emoties kan herkennen en kaderen, kan je je richten op de ander. We begeleiden je om verbinding met de andere te maken, ruimte te scheppen voor emoties en vervolgens probleemoplossend te werken, zowel in positieve situaties, maar zeker ook in situaties waarin de gemoederen gespannen zijn.

Analyze  
**THINK**  
CHAnGE

see  
**FEEL**  
change



## METHODIEK

Wij maken je bewust van je persoonlijke weerstand die je belemmert in de realisatie van je doel. We werken met theoretische modellen die je inzicht helpen te verkrijgen. Daarnaast geven we je tools om op een constructieve manier om te gaan met de emoties of de weerstand van collega's en medewerkers. Dit inzicht helpt je als leidinggevende om je team op een efficiëntere manier te begeleiden en je als authentieke leider op te stellen.

We werken op volgende manieren:

- Zelf ervaren via geteste oefeningen
- theoretische modellen
- Delen van ervaring, leren van elkaar
- Zelfreflectie
- Psychodramamethodieken en opstellingen
- We werken met ieders individuele cases
- Feedback en doorlopend coaching.

“Kijk met je hart,  
want het essentiële is  
onzichtbaar voor de ogen.”  
- Antoine de Saint-Exupéry -

“Echt naar mensen  
luisteren en eerlijke  
confrontatie met de realiteit  
maakt targets haalbaar.”  
- Miranda -

## RESuLtAtEn

- Je kan omgaan met persoonlijke emoties en die van de anderen door emotieregulerende strategieën toe te passen.
- Je ervaart je emoties als nuttige informatiebron.
- Je leert je in te leven in de andere en te verwoorden wat jezelf wilt, doordat je verbinding maakt met de andere.
- Je herkent je persoonlijke weerstand en kan deze parkeren.
- Je herkent wanneer anderen reageren vanuit hun weerstand en weet hoe je dit kan omdraaien naar effectief gedrag.
- Je leert feedback of emoties van anderen juister te lezen, zodat ze het gemeenschappelijk doel niet in de weg staan.
- Je wordt een efficiënte leidinggevende die de emoties gebuikt als raadgever.
- Je leert constructief feedback te geven en ontvangen.
- Je krijgt inzicht in je persoonlijke conflicthanteringsstrategieën.
- Je krijgt zicht op de voor- en nadelen van de verschillende conflicthanteringsstrategieën.

## PROGRAMMA

### Donderdag 25 augustus 2016: ik en mijn emoties

Van waar komen emoties? Hoe helpen ze me en hoe verhinderen ze mezelf? Hoe kan ik terugkeren naar een 'neutrale' stand? We delen met elkaar concrete bedrijfsvoorbeelden.

- 12:00u Registratie en onthaal/check-in
- 13:00u Lichte lunch
- 14:00u Welkom
- 14:15u Kennismaking met deelnemers en inleiding van de sessie
- 15:00u Functie van emoties. Welke emoties herken ik bij mezelf? Welk gedrag vertoont ik? Ontdekken van de persoonlijke leergeschiedenis
- 19:00u Avondmaal

### Vrijdag 26 augustus 2016: de emoties van de ander

Hoe communiceer ik met anderen die gestuurd worden door hun emoties? Hoe stel ik grenzen zonder hen te verliezen? Hoe ga ik om met de weerstand bij de andere? Vanuit concrete bedrijfsvoorbeelden wordt effectief gedrag aangeleerd en worden de ondersteunende theorieën helder. We oefenen met nieuw effectief gedrag.

- 08:00u Ontbijt
- 09:00u Weerstand: Hoe ga ik om met weerstand bij mezelf, bij de ander? Casuïstiek: hoe ben ik als leider? Welke emoties leiden mij? Hoe kunnen zij een goede raadgever worden? Welk emotieregulerend gedrag past bij mij? Wat betekent voor mij aanvaardbaar gedrag? Welk gedrag vind ik onaanvaardbaar? Hoe ontmijn ik een probleem?
- 11:00u
- 12:30u Lunch
- 13:30u Het verschil tussen feedback en grensstelling
- 15:00u Onderzoek en oefenen van effectief gedrag passend bij jouw persoon
- 17:00u Plenaire afronding
- 17:30u Einde seminarie

## VOOR WIE?

Deze bijeenkomst is voor iedere leidinggevende die geregeld vaststelt dat emoties binnen zijn of haar team constructief en efficiënt gedrag in de weg staan. Of voor iedereen die last heeft van persoonlijke emoties.

Dankzij deze workshop maak je weer een stap vooruit in je leiderschap. Meer nog, door respect te hebben en te tonen voor de emoties van jezelf en de andere, groeit je authentieke leiderschapsstijl.

## DOOR WIE?



**Miranda Vanbrabant** – Senior coach en trainer in Nederland en België. Vanuit haar ruime ervaring als leidinggevende, creatief- en psychodramatherapeut (15 jaar) en de ervaring als trainer en coach (19 jaar) helpt Miranda individuen en teams om effectiever te worden en hun persoonlijke natuurlijke leiderschapsstijl te ontwikkelen.

Zij is Certified Practitioner Psychodrama en facilitator Deep Democracy. Ze is als gastdocent verbonden geweest aan de universiteit van Gent en de School voor Psychodrama.

Persoonlijke drijfveer: "Mijn levens- en werkervaring (trainer – coach – therapeut - leidinggevende) samen met mijn kennis hebben mij overtuigd dat zelfkennis en voortdurende zelfreflectie in verbinding met je medemens de sleutel tot succes is."

## DAtuM En LOCAtiE

**Donderdag 2 februari 2017** vanaf 12:00u tot en met **vrijdag 3 februari 2017** 17:30u

Locatie: Hubermont Space for Development,  
[www.hubermont-space.com](http://www.hubermont-space.com)

Hubermont is een unieke locatie waarbij privacy, ruimte en rust belangrijk zijn met exclusief gebruik van het gehele gebouw. Hubermont is gesitueerd tussen La Roche en Bastogne, op iets langer dan een uur rijden vanuit Brussel.

## PRIJS

€ 950,- excl. btw

incl. lunches donderdag- en vrijdagmiddag, diner op donderdagavond, overnachting en ontbijt

## COntACT

Claudia De Graeve  
+32 479 86 68 32  
[claudia.de.graeve@gspeak.be](mailto:claudia.de.graeve@gspeak.be)  
inschrijven kan tot 5 januari '17

