

# Stem & lichaamstaal als fundament voor authentiek leiderschap

Krachtiger communiceren door lichaamstaal!



“De impact van het verhaal wordt vooral gemaakt door de wijze waarop het verhaal wordt gebracht!”

- > IFBD.BE
- > LEADERSHIP & PEOPLE MANAGEMENT
- > Stem & lichaamstaal als fundament voor authentiek leiderschap

- > U leert waarom mensen “ja” zeggen, maar “neen” doen.
- > U leert hoe u dynamisch en overtuigend overkomt door een juist gebruik van uw stem.
- > U leert hoe u uw boodschap bevestigt door het juist inzetten van stem en lichaamstaal.

Onder de deskundige leiding van:

**Martine van Gorp**  
Coach & Trainer  
RESONANS



**IFBD**  
Institute for Business  
Development



# Waarom dit programma?

## 'JA' ZEGGEN MAAR 'NEE' DOEN ...

We kennen allemaal die momenten waarop alles naar wens verloopt: je wordt gehoord en krijgt de dingen gedaan. Maar er zijn ook van die andere dagen ... niemand luistert naar je en niemand begrijpt je. Ze zeggen 'ja' maar doen 'nee'. Wie denkt dat impact vooral draait om de juiste outfit, een vlot kapsel en dito oneliner, die moeten we teleurstellen. Toegegeven, 'a bad hairday' helpt niet, maar dynamisch en overtuigend overkomen komt van binnenuit.

Alle onderzoeken bevestigen immers dat meer dan 65% van alle communicatie non-verbaal verloopt. En dit kunnen wij sturen: het aannemen van de passende houding, de keuze van de juiste plaats, het afstemmen van bewegingen op het verhaal, een variërend stemvolume, een expressieve mimiek ondersteund door stem, op het juiste moment oogcontact maken, ... Je stem en lichaamstaal moeten je verhaal ondersteunen.

## NIET WAT JE ZEGT MAAR WEL HOE JE HET ZEGT ...

Je stem en je lichaamstaal zijn dé essentiële tools voor een impactvol leiderschap. Het bewust inzetten ervan bevestigt immers je authenticiteit

en je natuurlijke autoriteit. Zo ga je naar de essentie van communicatie. Maar waarom klinken sommige stemmen zo inspirerend en andere eerder bedeesd? Hoe laat je gezag in je stem klinken? De communicatie met onze medewerkers, managers, klanten en collega's wordt door veel meer elementen bepaald dan we in eerste instantie denken. Want wat woorden écht betekenen, blijkt vooral uit de manier waarop je ze brengt.

Zowel je stem als je lichaamstaal moeten die communicatie bevestigen en onderstrepen. Wat je zegt, is vaak minder belangrijk dan hoe je het brengt. Je geloofwaardigheid als leidinggevende zit niet alleen in je boodschap maar eveneens in de manier waarop je toont dat je die boodschap ook zelf gelooft ... En hierbij zijn je stem en je lichaamstaal cruciaal.

## BREIN VERSUS LICHAAM

Ons brein verandert ons lichaam: onzekere gedachten zorgen voor een onzekere houding en voor een twijfelende stem. Maar onze lichaamstaal verandert evenzeer ons brein: door anders te spreken en te bewegen, ga je ook anders denken. Krachtig persoonlijk leiderschap begint dan ook met geloofwaardig non-verbaal gedrag waarbij je stem en lichaamstaal je boodschap bevestigen.

## LEERDOELSTELLINGEN

Deze training is bedoeld voor leidinggevenden die een stap verder willen zetten in hun ontwikkeling en de confrontatie met zichzelf aandurven:

- > Hoe wil jij overkomen?
- > Hoe kom jij over?
- > Wat is je verhaal?
- > Hoe vertel je je verhaal?

We focussen ons niet op inhoud maar ervaren de kracht van een 'authentieke' stem en uitstraling zodat je verhaal de impact krijgt die het verdient.

"Kennis van zaken en recht uit de praktijk. Top!"

# De docent

Na 15 jaar actief te zijn geweest als actrice en dramadocent, legt **Martine Van Gorp** zich als trainer en coach toe op wat je stem en uitstraling betekenen in persoonlijke en/of professionele contacten. Vanuit haar theateropleiding en -achtergrond, beseft zij dat de impact van het 'verhaal' vooral gemaakt wordt door de wijze waarop het verhaal gebracht wordt. Veel leidinggevenden focussen zich op de inhoud, de woorden, de slides ... en staan zelden stil bij stem en lichaamstaal. Slechts 7% van onze communicatie wordt bepaald door de woorden die we uitspreken, 55% door onze lichaamstaal en maar liefst 38% door de klank van onze stem. Tijdens haar trainingen focust Martine zich niet op wat u vertelt, maar op hoe u het vertelt. Zij leert u om overtuigend te communiceren – verbaal én non-verbaal.



## OPTIMAAL LEEREFFECT

We beperken het aantal deelnemers aan deze cursus. Hierdoor kunt u optimaal profiteren van de kennis en ervaring van de docent. Bovendien toetst u op een interactieve manier uw eigen praktijksituatie aan die van uw collega's. Zo garandeert het IFBD u een optimaal leereffect, gebaseerd op theoretische onderbouw en gestaafd met vele praktische voorbeelden.





### BLOK 1: KIJK EN LUISTER NAAR JEZELF

- ◆ Hoe bewust ben je van je eigen stem en lichaamstaal?
- ◆ Hoe is je stem verbonden met je lichaam en je emoties?
- ◆ Adem als basis van stemkracht, stemrust en stemvastheid.
- ◆ Je "doe-" en "zijn-stem".

### BLOK 2: DE IMPACT VAN JE VERHAAL

- ◆ Geef stem aan wie je bent: je authentieke stem.
- ◆ Het verhogen van je stemimpact.
- ◆ Je stem en lichaamstaal inzetten om je verhaal te brengen.
- ◆ Doel - verhaal - focus.

### BLOK 3: COMMUNICATIE IN VERBINDING

- ◆ Welke impact heeft je stem op anderen?
- ◆ Congruentie van stem en lichaamstaal?
- ◆ Je "luister-" en "antwoord-stem".
- ◆ De kracht van resonantie in verbinding.
- ◆ Wat kan je afleiden uit de stem en lichaamstaal van je gesprekspartner?

### RESULTATEN VAN DEZE DAG:

- > Je leert je boodschap krachtig en niet voor discussie vatbaar te brengen door gericht gebruik van stem en lichaam.
- > Je leert non-verbale communicatie van je gesprekspartner(s) herkennen en interpreteren waardoor je je eigen communicatie verbetert.
- > Je leert hoe je je boodschap bevestigt door het juiste gebruik van stem en lichaam.
- > Je leert hoe je overtuigend, impactvol en mét zelfvertrouwen jouw verhaal brengt.



### VERHOOGDE INTERACTIVITEIT

De deelnemers krijgen uitgebreid de kans om hun eigen problematiek ter sprake te brengen. Om dit te realiseren, vragen wij op voorhand een beknopte beschrijving van de probleemstelling te formuleren. Op die manier kunnen wij de cursus volledig opstellen volgens uw eigen informatiebehoefte. U kunt hiervoor steeds contact opnemen met **Dirk Spillebeen** op het nummer: +32 50 38 30 30 (e-mail: [dirk@ifbd.be](mailto:dirk@ifbd.be)).

### VERLOOP CURSUSDAG(EN)

- 08.30 Ontvangst, registratie met koffie/thee.
- 09.00 Start van de trainingsdag (met voorstelling docent)
- 12.30 Lunch
- 17.00 Einde van de cursusdag.

Zowel in de voor- als namiddag wordt een korte (koffie-)pauze gehouden.

# Inschrijvingsformulier

STEM & LICHAAMSTAAL ALS FUNDAMENT VOOR AUTHENTIEK LEIDERSCHAP

## KOSTPRIJS:

> € 795 excl. BTW

## DATUM & LOCATIE:

> zie hiertoe onze website  
[www.ifbd.be](http://www.ifbd.be)

## HOTELOVERNACHTING OP DE LOCATIE VAN DE TRAINING

U kan op onze diverse trainings-locaties veelal een overnachting boeken om de cursus op een ontspannen manier te kunnen aanvangen en/of afsluiten.

Meer informatie hieromtrent vindt u op onze website of via volgende link:

[www.ifbd.be/nl/over-ons/algemene-voorwaarden](http://www.ifbd.be/nl/over-ons/algemene-voorwaarden)

## IFBD-DATABASE & GDPR

We houden u graag op de hoogte van de laatste evoluties binnen uw sector. Daarom hebben we uw gegevens opgenomen in onze database. Uw informatie is voor eigen gebruik, wordt beveiligd en nooit aan derden doorgegeven. Hiertoe nemen we alle nodige maatregelen. Te allen tijde heeft u - overeenkomstig de wet "verwerking persoonsgegevens" van 8/12/1992 en de "AVG-reglementering" van 24/5/2016 - recht op inzage, wijziging of verwijdering van uw gegevens. Meer informatie via onze webpagina [www.ifbd.be/nl/GDPR](http://www.ifbd.be/nl/GDPR) of via e-mail: [DPO@ifbd.be](mailto:DPO@ifbd.be).

>>> Inschrijving faxen op het nr. **+32 50 31 04 21** of e-mail naar [info@ifbd.be](mailto:info@ifbd.be)

>>> **Rechtstreekse inschrijving** via onze website:

**INSCHRIJVEN**



## BEDRIJFSINFORMATIE

FIRMA:

STRAAT / NR. / BUS:

PC / GEMEENTE:

Alg. TEL.-nr.:  /  FAX-nr.:  /

ACTIVITEIT:  industrie-productie  groothandel & import  kleinhandel  horeca  
 bouwondernemers  transport  diensten  overheid

SECTOR:  AANTAL WERKNEMERS:

## FACTURATIEGEGEVENS

Facturatie-adres:

Uw referentie:

BTW-nummer:

## DEELNEMER(S)

Dhr. / Mevr.:

Functie:

E-mail:

DATUM DEELNAME:

Dhr. / Mevr.:

Functie:

E-mail:

DATUM DEELNAME:

## INSCHRIJVINGSMODALITEITEN

### DEELNAMEKOSTEN

De deelnameprijs aan dit programma bedraagt **795 Euro** excl. 21% BTW. Dit bedrag is inclusief koude/warme dranken en een uitgebreide lunch tijdens de cursusdag(en). U ontvangt bovendien een **documentatiemap** die u als naslagwerk kunt raadplegen. Los van de eventuele subsidiëring van de Vlaamse Overheid (zie verder) geeft het IFBD per extra deelnemende collega **5% extra korting** op het **totaalbedrag** met een maximale **korting van 20%** (= 5 deelnemers of meer).

**De Vlaamse Overheid investeert in opleiding: tot 40% korting!** ✓

Het IFBD is erkend als **gecertificeerd opleidingsinstituut**. Dit maakt dat u onze trainingen gedeeltelijk kunt betalen met de subsidies toegekend door de Vlaamse Overheid via het systeem van de "KMO-portefeuille". Indien uw bedrijf voldoet aan de vooropgestelde criteria kan u tot 40% besparen op de opleidingskost. Meer informatie omtrent het systeem kan u vinden op de website van de Vlaamse Overheid: [www.kmo-portefeuille.be](http://www.kmo-portefeuille.be).

### INSCHRIJVING

U kan zich op diverse wijzen inschrijven:

- Bij voorkeur via onze **website [www.ifbd.be](http://www.ifbd.be)** of via e-mail: [info@ifbd.be](mailto:info@ifbd.be)
- U faxt uw inschrijving op **+32 50 31 04 21**
- Via de **post**: nv IFBD, Zeeweg 155, 8200 Brugge

U kan steeds uw reservatie telefonisch op het nr. **+32 50 38 30 30** doorgeven. Een schriftelijke bevestiging echter blijft vereist. Na ontvangst van uw inschrijving krijgt u een **deelnamebevestiging** en een factuur. Een tweetal weken voor de cursus ontvangt u een **herinnering met nog enige praktische informatie** en een **routebeschrijving**.

### Annulatie.

We begrijpen dat andere prioriteiten kunnen optreden tussen uw inschrijving en de cursus. Indien wij minstens **2 weken voor de cursus** uw annulatie ontvangen zoeken we samen met u naar de beste oplossing. **Minder dan 2 weken voor de eerste cursusdag** bent u ons het integrale bedrag verschuldigd en wordt mogelijks een administratieve kost (€ 75) aangerekend. Wij zijn uiteraard steeds verheugd een collega te mogen verwelkomen in uw plaats.