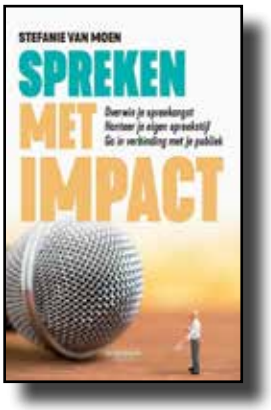
IFBD
Institute for Business Development

2027

Maak van uw lichaamstaal uw bondgenoot ...

De kracht van lichaamstaal & non-verbale communicatie

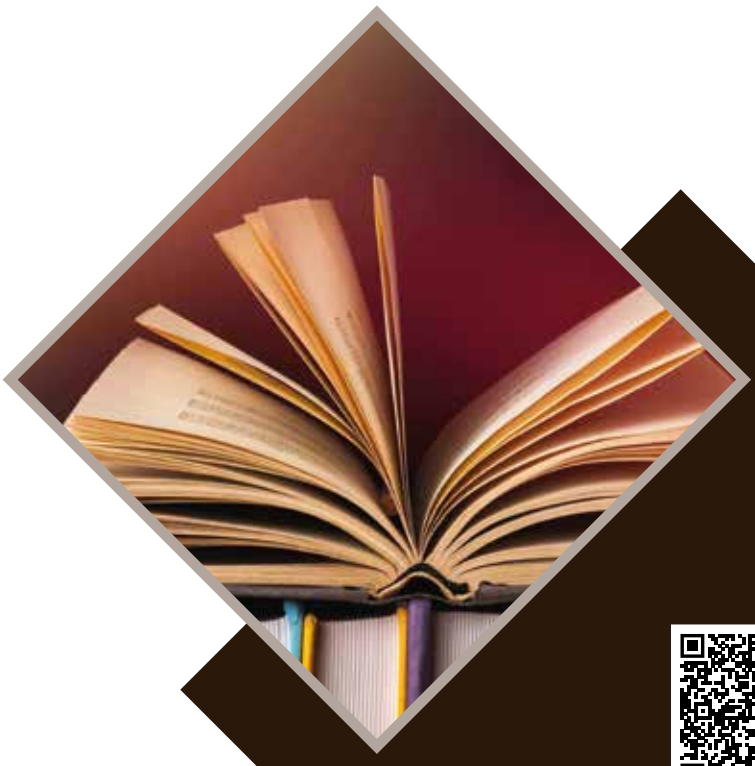
Communiceer krachtig, geloofwaardiger en met meer impact



INCLUSIEF VOOR ELKE DEELNEMER

Writers Academy

Unieke & inspirerende workshops gebaseerd op de meest populaire managementboeken!



Onder de deskundige leiding van:

Stefanie Van Moen
Speaker, Coach & Storyteller
VOX CONSULT

>>> **IFBD.BE** /
writers academy

Waarom deze Writers Academy?

UW LICHAAM ZWIJGT NOOIT OF U DAT LEUK VINDT OF NIET

U zegt 'ja', maar uw schouders zeggen 'liever niet'. U stelt een vraag, maar uw blik geeft het antwoord al prijs. In deze training leert u waarom non-verbale communicatie geen 'extraatje' is, maar het fundament van hoe u overkomt. U ontdekt hoe snel (en onbewust) mensen oordelen op basis van uw lichaamstaal en waarom 90% van uw impact al vastligt voor u goed en wel begint te spreken. We duiken in de neuropsychologie achter non-verbaal gedrag en tonen aan hoe vertrouwen of weerstand in milliseconden ontstaat.

U VERRAADT ZICHZELF. TELKENS OPNIEUW. EN U WEET HET NIET …

Wat gebeurt er non-verbaal met u als u twijfelt? Waar wijzen uw voeten naartoe tijdens een gesprek? En wat vertelt de ruimte tussen uw schouders en uw oren over uw innerlijke rust? En hoe vult uw stem uw boodschap in? En wat zegt stilte (niet)? In deze module fileren we lichaamstaal tot op gebaren- en oogniveau. U leert micro-expressies, subtiele houdingen en schijnbaar 'natuurlijke' bewegingen decoderen – bij uzelf én bij anderen. Want wie niet leert kijken, mist de helft van het gesprek.

ZE GLIMLACHEN BELEEFD. MAAR VERTROUWEN ZE U?

Achter elke rationele boodschap schuilt een berg emoties. En achter elke glimlach zit soms frustratie of onzekerheid. In deze sessie leert u de onderstromen herkennen: van verborgen weerstand tot incongruent gedrag. U ontdekt hoe u emoties en intenties kunt lezen in andermans lichaam – en wanneer u vooral moet letten op wat er niet gebeurt. Ideaal voor wie werkt in contexten met machtsongelijkheid, gevoeligheden of impliciete belangen.

ZET UW LICHAAM IN OM INVLOED TE VERGROTEN

Hoe straalt u autoriteit uit zonder dominant te worden? Wat doet u met uw handen wanneer u slecht nieuws brengt? En hoe kunt u uzelf letterlijk steviger neerzetten in een hybride meeting waar u zich onzeker voelt? Deze module leert u hoe u via bewuste lichaamstaal de balans kantelt – zelfs wanneer u zich op voorhand 'de zwakkere' voelt. Geen trucjes, wel technieken die u authentiek krachtiger maken. Congruentie, presence en inside-out confidence staan centraal.

TEAMS, TICS EN TECHNIEK: LICHAAMSTAAL IN DIGITALE GESPREKKEN

U start een videocall, uw camera staat scheef, het licht zit verkeerd, en uw stem klinkt alsof u in een aquarium zit. Slechte start? Zeker weten. In deze afsluitende module leert u hoe lichaamstaal werkt in digitale settings – waar oogcontact niet bestaat en stilte vaak als desinteresse klinkt. We gaan hands-on met video-opstellingen, openingszinnen, virtuele presence en de eerste 7 seconden van elk online gesprek. Want hybride communicatie vraagt een nieuw soort non-verbaal meesterschap. Want u zit misschien wel achter een scherm, maar bent niet onzichtbaar.

NEEM DE REGIE OVER VAN UW EIGEN NON VERBALE COMMUNICATIE

Lichaamstaal bepaalt of u gehoord wordt, vertrouwd wordt en invloed krijgt. Punt. Op het eind van deze sessie integreren we de inzichten en vertalen ze naar uw realiteit: hoe blijft u standvastig en consistent onder druk, hoe herkent u weerstand op tijd, en hoe gebruikt u uw stem en houding als hefboom in élk gesprek? U werkt aan een persoonlijk actieplan, krijgt directe feedback en scherpt uw bewustzijn – zodat u voortaan niet alleen goed klinkt, maar ook goed overkomt. Altijd. Overal.

De Writers Academy

Unieke & inspirerende workshops over leiderschap, management en communicatie.

"**Spreken met impact**" maakt deel uit van de Writers Academy.

Het IFBD selecteert voor u de beste management-boeken, maar ook de beste schrijver-trainers.
Na deze writers academy gaat u uitgedaagd, gemotiveerd en geïnspireerd terug aan de slag met nieuwe inzichten, nieuwe energie en nieuwe haalbare doelstellingen.



Mini-quiz: mag u dit programma missen?

Beantwoord even eerlijk:

> Heeft u ooit een klant, collega of manager horen zeggen “ik snap wat je bedoelt”, terwijl hun blik, houding of lichaam iets totaal anders uitstraalde?

> Voelt u zich soms ongemakkelijk bij videocalls, zonder precies te weten waarom uw boodschap niet ‘pakt’?

> Heeft u het idee dat u inhoudelijk sterk staat, maar uw invloed beperkt blijft omdat u ‘een slechte dag’ had?

> Merkt u dat anderen weerstand voelen, terwijl u dacht helder en rustig te communiceren?

> Voelt u zich bij moeilijke gesprekken of in formele settings kleiner, zachter of onzekerder worden – fysiek én mentaal?

Als u op één of meer van deze vragen ‘ja’ moet antwoorden, dan is dit programma geen luxe maar een noodzakelijke hefboom voor uw professionele impact.

Spreken met impact



Inclusief voor elke deelnemer:

Spreken met impact helpt u om uw sprekersvaardigheden te ontwikkelen en te verfijnen zonder dat u uw authenticiteit verliest.

Stefanie Van Moen weet als expert maar al te goed hoe belangrijk ademhaling en stemgebruik zijn bij het spreken. Ze geeft u waardevolle tips en oefeningen om uw zenuwen onder controle te krijgen en uw ideeën op een professionele manier over te brengen. In dit boek leert u over de kracht van uw stem, over succesvol en zonder zenuwen spreken voor klein en groot publiek. Zodat u echt zichtbaar en hoorbaar wordt.



De docent



Stefanie Van Moen is een ervaren sprekercoach, communicatietrainer en stemtherapeut. Ze is de oprichter van Vox Consult, een praktijk die zich richt op het begeleiden van professionals bij het krachtig en zelfverzekerd overbrengen van hun boodschap. Met een achtergrond in logopedie en stemcoaching, en als gecertificeerd NLP-practitioner en Insights Discovery Facilitator, combineert Stefanie haar expertise om sprekers te helpen hun stem en lichaamstaal effectief in te zetten.

Haar aanpak is gericht op het versterken van de impact van sprekers, met speciale aandacht voor introverte professionals en degenen die hun spreekangst willen overwinnen. Stefanie gelooft dat grote sprekers niet geboren worden, maar getraind. Ze is auteur van de boeken Spreken met impact en Stem in transitie, waarin ze praktische tips en oefeningen biedt om spreekvaardigheden te ontwikkelen zonder de authenticiteit te verliezen.

Als TEDx-coach en gastdocent aan verschillende hogescholen en managementopleidingen deelt Stefanie haar kennis over spreken met impact, communicatiestrategieën en presentatievaardigheden. Ze heeft samengewerkt met organisaties zoals KPMG, Accenture, VOKA, Belfius, Samsung, de Europese Commissie en Johnson & Johnson.

Stefanie’s missie is om professionals te helpen hun comfortzone te vergroten en met vertrouwen en authenticiteit voor een publiek te spreken. Haar trainingen en coaching zijn ontworpen om sprekers te begeleiden van de eerste brainstorm tot het ontvangen van applaus, met een focus op het creëren van een blijvende impact.

Programma



BLOK 1 - FUNDAMENTEN VAN NON-VERBALE IMPACT

- Wat is non-verbale communicatie en waarom bepaalt het tot 90% van uw impact en geloofwaardigheid?
- Wat gebeurt er in het brein bij het waarnemen van lichaamstaal?
- Hoe beïnvloedt uw uitstraling en lichaamstaal gedrag, vertrouwen en besluitvorming?

BLOK 2 - DE BOUWSTENEN VAN LICHAAMSTAAL

- Micro-expressies, gelaatsuitdrukkingen en non-verbale reflexen ontcijferen.
- Houding, handgebaren, oogbewegingen en fysieke ruimte correct lezen en inzetten.
- De kracht van stilte, stem, ruimte en timing : krachtige non-verbale signalen.

BLOK 3 - EMOTIES & INTENTIES HERKENNEN ONDER DE OPPERVLAKTE

- Inzicht in de emotionele onderstroom van gesprekken.
- Herkennen van incongruent gedrag (wat gezegd wordt vs. wat écht wordt bedoeld).
- Gedrag koppelen aan intenties, onderliggende drijfveren en persoonlijkheidskenmerken.

BLOK 4 - LICHAAMSTAAL ALS LEIDERSCHAPSTOOL

- Zelfvertrouwen uitstralen zonder te overcompenseren.
- Boodschap en lichaam op één lijn.
- Authentiek overkomen in stressvolle of hiërarchische contexten.
- Hoe je lichaam gebruiken als hefboom bij een zwakkere positie?
- Rapport opbouwen en invloed versterken via uw lichaamshouding en stem.
- Werken aan inside-out confidence: jezelf steviger voelen door je houding te veranderen.

BLOK 5 - GESPREKKEN, VERGADERINGEN EN HYBRIDE SETTINGS

- Lichaamstaal in moeilijke gesprekken of bij weerstand.
- Werken aan congruentie tussen inhoud en uitstraling.
- Effectief communiceren in digitale of hybride meetings.
- Camera-opstelling, stemgebruik, en de eerste seconden van een videocall.
- Oefeningen met realistische werkcontexten (zoals presentaties, feedbackgesprekken, teamoverleg).

DIDACTISCHE AANPAK:

Geen saaie theorie, maar directe ervaring. Deze training is actief, interactief en confronterend: deelnemers duiken in herkenbare situaties, krijgen eerlijke feedback en leggen hun eigen non-verbale patronen bloot. Theorie en praktijk versterken elkaar in een vlot tempo, met ruimte voor persoonlijke vragen, cases en reflectie.

Elke deelnemer gaat naar huis met een heldere hand-out vol inzichten, scherpe observatietips en een concreet actieplan om hun impact meteen te versterken.

Timing cursus

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.

De kracht van lichaamstaal & non-verbale communicatie

2027

> Datum & locatie: zie hiertoe onze website **www.ifbd.be**
> Kostprijs: € 795 (excl. BTW)

>>> INSCHRIJVEN

E-mail:
info@ifbd.be



klik hier

Via onze website:
ifbd.be



klik hier

Via QR:

Telefoon:
00 32 50 38 30 30



Voor meer informatie omtrent uw inschrijving ...

>>> INSCHRIJVINGSMODALITEITEN

De deelnameprijs aan dit 1-daagse programma bedraagt **795 Euro** excl. 21% BTW. Dit bedrag is inclusief koude/warme dranken en een uitgebreide lunch tijdens de cursusdag. U ontvangt bovendien een **documentatiemap** die u als naslagwerk kunt raadplegen.

Het IFBD geeft per extra deelnemende collega **5% extra korting** op het **totaalbedrag** met een maximale **korting van 20%** (= 5 deelnemers of meer).

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 (€ 95) aangerekend. Wij zijn uiteraard steeds verheugd een collega te mogen verwelkomen in uw plaats.

HOTELOVERNACHTING OP DE LOCATIE VAN DE TRAINING

U kan op onze diverse trainingslocaties veelal een overnachting boeken om de cursus op een ontspannen manier te kunnen aanvatten en/of af te sluiten. Meer informatie hieromtrent vindt u op onze website of via volgende link: 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 of via e-mail: DPO@ifbd.be.

ALGEMENE VOORWAARDEN

Op onze website op de pagina **ifbd.be/nl/over-ons/algemene-voorwaarden** vindt u al onze modaliteiten terug.