

Opleiding : Open ruimte: welzijn en productiviteit verbeteren

Praktijkcursus - 2d - 14u00 - Ref. GOP

Prijs : 1370 € V.B.

★★★★☆ 4,4 / 5

Werken in een open ruimte vereist dat je uit je eigen bronnen put om je relaties met anderen te beheren. Deze training laat je zien hoe je je welzijn kunt verbeteren en beter om kunt gaan met delicate situaties in dit soort omgevingen.

Pedagogische doelstellingen

Aan het einde van de training is de deelnemer in staat om:

- ✓ De specifieke kenmerken van open ruimte optimaal benutten
- ✓ Respect voor individuele behoeften en betrokkenheid in het team
- ✓ Communiceren zonder agressie
- ✓ Omgaan met stressvolle situaties

Doelgroep

Algemeen publiek.

Voorafgaande vereisten

Geen speciale kennis vereist.

Praktische modaliteiten

Praktisch werk

Gebaseerd op de ervaring van elke deelnemer, analyse en verbetering van hun potentieel. Simulaties. Debriefing.

Opleidingsprogramma

DEELNEMERS

Algemeen publiek.

VOORAFGAANDE VEREISTEN

Geen speciale kennis vereist.

VAARDIGHEDEN VAN DE CURSUSLEIDER

De deskundigen die de cursus leiden zijn specialisten op het betreffende vakgebied. Zij werden geselecteerd door onze pedagogische teams zowel om hun vak kennis als hun pedagogische vaardigheden voor elke cursus die zij geven. Zij hebben minstens vijf tot tien jaar ervaring in hun vakgebied en oefenen of oefenden verantwoordelijke bedrijfsfuncties uit.

BEOORDELINGSMODALITEITEN

De cursusleider beoordeelt de pedagogische vooruitgang van de deelnemer gedurende de gehele cursus aan de hand van meerkeuzevragen, praktijksituaties, praktische opdrachten, ... De deelnemer legt ook van tevoren en naderhand een test af ter bevestiging van de verworven kennis.

1 Identificeer de "nadelen" van open ruimte

- Omgevingslawaai.
- Privacy, bewaking.
- Productiviteit en communicatie.

Praktisch werk

Ervaringen delen. Zelfdiagnose: sterke en zwakke punten van het open ruimtesysteem.

2 Je basisbehoeften kennen en die van anderen herkennen

- Het zoeken naar en onderzoeken van fundamentele behoeften: fysiek, emotioneel en spiritueel.
- De behoeften van anderen detecteren, synchronisatie.
- De twee componenten van de mens: gedrag/attitudes, motivaties/waarden.
- Onderscheid maken tussen oordelen, meningen, gevoelens en feiten.
- De jacht op vooropgezette ideeën.

Praktisch werk

Plaatsingstoets. Oefeningen om onderscheid te maken tussen: oordelen, meningen, gevoelens, waarden en feiten.

3 Je werkruimte organiseren en "tot leven brengen"

- Werkgebieden inrichten.
- Je werkruimte organiseren.
- Aanpassen aan je mobiele kantoor.
- Zelfconditionering om de praktische efficiëntie en onmiddellijke alertheid te verhogen

4 Communicatie tussen collega's verbeteren

- Ken de gouden regels van verbale communicatie.
- Non-verbale communicatie, empathie, actief luisteren, assertiviteit en flexibiliteit gebruiken.
- Omgaan met tegenstrijdigheden en onderbrekingen.
- Formuleer een weigering zonder spanning te veroorzaken.

Praktisch werk

Rollenspel, collectieve analyse, aanpassing.

5 Ernstige beperkingen beheren

- Gebruik je survivalgids voor open ruimtes.
- Thermisch comfort. Constante ruis. Beelddruk.
- Pas je tijdschema aan.

6 Ideeën uitwisselen om te anticiperen op meningsverschillen en hierover te onderhandelen

- Leer meer over probleemgerichte en emotiegerichte strategieën.
- Begrijpen hoe communicatiefilters werken.
- Maak van de persoon met wie je praat een bondgenoot.
- Reageren op meningsverschillen.

Praktisch werk

Rollenspel, collectieve analyse, aanpassing.

PEDAGOGISCHE EN TECHNISCHE MIDDELEN

- De gebruikte pedagogische middelen en cursusmethoden zijn voornamelijk: audiovisuele hulpmiddelen, documentatie en cursusmateriaal, praktische oefeningen en correcties van de oefeningen voor praktijkstages, casestudies of reële voorbeelden voor de seminars.
- Na afloop van de stages of seminars verstrekt ORSYS de deelnemers een evaluatievragenlijst over de cursus die vervolgens door onze pedagogische teams wordt geanalyseerd.
- Na afloop van de cursus wordt een presentielijst per halve dag verstrekt, evenals een verklaring van de afronding van de cursus indien de stagiair alle sessies heeft bijgewoond.

TOEGANGSMODALITEITEN EN TERMIJNEN

De inschrijving dient 24 uur voor aanvang van de cursus plaatsgevonden te hebben.

TOEGANKELIJKHEID VOOR MINDERVALIDEN

Is voor u speciale toegankelijkheid vereist? Neem contact op met mevr. FOSSE, contactpersoon voor mindervaliden, via het adres psh-accueil@ORSYS.fr om uw verzoek en de haalbaarheid daarvan zo goed mogelijk te bestuderen.

7 Verhoog je weerstand tegen stress

- Zoek manieren om terug te vallen, om afstand te nemen.
- Weersta je impulsen.
- Leer "loslaten".

Praktisch werk

Persoonlijk actieplan: de uit te voeren acties formaliseren.

Data en plaats

KLAS OP AFSTAND

2026 : 1 juni, 30 nov.

PARIS LA DÉFENSE

2026 : 1 juni, 30 nov.