

uw brief • 1100MAV2000
ons kenmerk • 3 oktober 2000
datum • Personeel & Organisatie
behandeld door • 070-3100359
telefoonnummer • 070-3100210
faxnummer •

• Mevrouw drs. M. Taams
Fit For Thought - denkadviesing
Bruggestraat 15
2377 BC OUDE WETERING

Geachte mevrouw Taams,

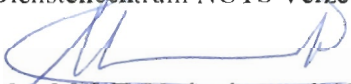
Graag geef ik u hierbij mijn reactie op de door u in april 2000 gegeven training Stressmanagement waaraan ik samen met de teamleiders van NUTS Verzekeringen heb deelgenomen.

Ondanks de beperkte tijd van 3 dagdelen (een verkorte versie van de volledige training) is Fit For Thought er in geslaagd om er een consistent geheel van te maken en ik heb deze training dan ook als waardevol ervaren.

De onderdelen die o.a. aan de orde kwamen, zoals wat (ongezonde) stress is, wat eraan te doen is, effectief en ineffectief gedrag, verbale en non-verbale communicatie, werden goed gecombineerd met individuele opdrachten en oefeningen inzake persoonlijke visie, waarden, normen en omgevingsfactoren, waardoor er een bewustwordingsproces op gang werd gebracht. Dit is in de eerste plaats prettig en nuttig voor jezelf, maar deze kennis biedt dus ook de mogelijkheid om stress bij anderen te herkennen, hetgeen voor leidinggevenden uitermate belangrijk is.

Als persoonlijke winst ervaar ik de herkenning van positieve en negatieve invloeden op mijn eigen emoties en hoe negatieve invloeden kunnen worden omgezet in positieve invloeden.

Met vriendelijke groeten,
Dienstencentrum NUTS Verzekeringen B.V.



Mw. M.A.E. Verbeek-van der Linde
Adviseur Personeel & Organisatie