

Fit For Thought
T.a.v. Margriet Taams
Bruggestraat 15
2377 BC OUDE WETERING


Blaricum, 18 januari 2003

Beste Margriet,

Hier onder even kort samengevat wat de cursus 'werken zonder stress' voor mij heeft verbeterd/opgeleverd, zowel privé als op het werk.

- beter oogcontact
- leren vragen te stellen (wat wordt er bedoeld)
- timemanagement (minder verlies van kostbare tijd)
- samen werken (beter overleg, wie doet wat)
- bij onderhandelen met goede argumenten komen
- bij een conflict eerst nagaan wat de oorzaak is, dan oplossen
- makkelijker afwijken van een vast standpunt
- minder snel in de stress raken (is het het wel waard om je er druk over te maken)

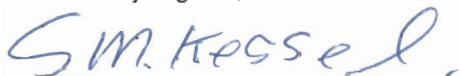
Verder was het een leerzame cursus, met een goede verdeling van de tijd (ook de starttijden), dit alles met de nodige variatie, compleet met een sociaal avond programma waar je ook nog wat nuttigs bij leert.

Het gebruik van video laat je goed zien wat je zelf goed of juist niet goed doet, dit wordt dan ook met de trainer bekeken en toegelicht.

Dit alles met de formule "het moet niet maar mag wel" geeft de cursist wat vrijheid en verantwoordelijkheid.

Ik sta nu dan ook met twee benen op de grond en heb er zeker geen spijt van.

Vriendelijke groet,



Sanne-Martijn Kessel