

## “Geweldloos Communiceren”

*Interactieve workshop geweldloos communiceren*

*“Geweldloos communiceren, leert je omgaan met je gevoel over hoe de zender de boodschap zendt en hoe de ontvanger de boodschap ontvangt en hierop reageert. Het geeft je de mogelijkheid de ander te blijven zien als unieke persoonlijkheid.”*

### **Wat is het?**

NVC™ of geweldloos communiceren is niet alleen een vorm van conflicthantering. Het is vooral een integere en respectvolle manier van met elkaar omgaan. Het vraagt om een houding waarbij je wederzijds behoeften en verlangens uit durft te spreken. Het is waarde- en oordeelvrij kijken naar de ander. Het vraagt om heldere en positieve bewoordingen die richting geven, waarbij wederzijds begrip de boventoon voert. Dit is het uitgangspunt voor geweldloos communiceren.

Dit geldt voor elke vorm van communicatie, in en op elke laag in het bedrijf of de organisatie waarin u werkzaam bent.

Inzicht krijgen in je eigen gevoelens en behoeften en van daaruit begrip krijgen voor de gevoelens en behoeften van de ander. Door dit begrip komt het conflict in een ander licht te staan en wordt de bereidheid te werken aan een duurzame oplossing bij beide partijen groter.

### **Hoe werkt het?**

Veel mensen hebben, in de opvoeding en op school, niet geleerd om te communiceren vanuit hun behoeften en gevoelens. We zijn opgevoed met begrippen als “goed of fout”, “aardig of vervelend”, “lief of niet lief”, etc. Al deze begrippen hebben een vorm van oordeel in zich, of je krijgt een beloning of je wordt gestraft.

Geweldloos communiceren, wil allereerst dit oordelen, belonen of straffen elimineren door er vanuit te gaan dat achter elk gedrag een positieve bedoeling zit. Het zoeken en vinden van deze positieve bedoeling is het startpunt voor de duurzame oplossing.

### **Inzicht**

De workshop geeft inzicht in de mogelijkheden die Geweldloos communiceren heeft voor de dagelijkse praktijk. Bij de meerdaagse training is er de mogelijkheid dieper op de stof en het oefenen hiervan in te gaan.



Instituut voor:

- Coaching & Counseling
- Communicatietrainingen
- Persoonlijke effectiviteit
- (Top)sportbegeleiding
- Familie-, onderwijs- en organisatieopstellingen
- Onderwijsondersteuning

### Mogelijkheid 1

**Duur:**

1 dagdeel, de essentie van Geweldloos Communiceren

**Programma:**

Uitleg over de principes in een interactieve workshop waarin alle deelnemers met een reëel voorbeeld aan het werk gaan.

**Prijs:**

€ 525,- inclusief materialen, exclusief accommodatie

### Mogelijkheid 2

**Duur:**

2 dagdelen in overleg in te plannen.

**Programma:**

- Uitleg over de principes in een interactieve workshop
- Uitgangspunten van Geweldloos Communiceren
- Het NLP Communicatiemodel: van gebeurtenis tot gedrag.
- De neurologische niveaus van communicatie.
- Verdieping van de stof door oefeningen.

**Prijs:**

€ 1.050,-

Inclusief materialen, exclusief accommodatie.

Bij beide opties wordt een dagdeel (€ 525,-) voor voorbereiding in rekening gebracht.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Arie de Korte op:

Telefoon : 0180 431 712  
Mobiel : 0653 946 684  
Email : info@dekorte.biz

Kijk ook naar onze andere trainingen op onze internet site [www.dekorte.biz](http://www.dekorte.biz)