

## **Workshop 'Verbindend Communiceren' georganiseerd door LETS Tervuren**

*gebaseerd op Marshall Rosenberg's NonViolent Communication*

'Verbindend communiceren' is leren

- verschillen tussen mensen erkennen (wat kunnen die lastig zijn!) en dan onderzoeken: wat is hier voor mij essentieel? En voor jou? Kunnen we hier samen mee vooruit?
- beter weten wat & hoe te zeggen als iets je niet bevalt
- helderder begrijpen wat je precies wringt als je ergens 'geen goed gevoel' bij hebt
- zeggen waar het op staat zonder aan te vallen of te beschuldigen
- beter begrijpen waarom de ander op een bepaalde manier reageert (zeker bij spanning of conflict) en de dialoog openhouden
- met de ander rekening houden zonder jezelf weg te cijferen
- conflicten aandurven en als kansen zien
- je vrij voelen om op de wens van de ander in te gaan
- een andere manier ontdekken om met keuzes om te gaan
- ...

Hoe? Maandelijkse avonden van 2,5 uur waar we vooral in het hier-en-nu 'verbindend communiceren' inoefenen en beleven.

Waar? In de Puttestraat, Tervuren centrum.

Wanneer? De tweede woensdagavond van iedere maand, te beginnen op 10 oktober 2018, verwelkoming 19 uur, start 19u15. De bedoeling is dit vijf maanden (dus tot en met februari) te doen en dan mogelijk te verlengen.

Groep/inschrijving? Voor de voortgang in het leerproces, het opbouwen van vertrouwen, het gemak qua organisatie... is instappen maar mogelijk de eerste of tweede bijeenkomst, dus uiterlijk op 14 november. Wil je meedoen, contacteer me dan via [pazop@tutanota.com](mailto:pazop@tutanota.com) of 0486/51 81 43 (ook als je vragen hebt) en deel mee wat je ervaring is en je verwachtingen (leren, oefenen...).

Vergoeding? In LETS-waarderingseenheden, aantal samen overeen te komen tijdens de eerste avond. Lid zijn of worden van een LETS-groep (in Tervuren of elders) is daarom een voorwaarde.

Wie is Rob? Rob Daneels (zie [www.bewustercommuniceren.eu](http://www.bewustercommuniceren.eu)) begeleidt al jaren GC-groepjes en blijft zich ook zelf hierin ontwikkelen via opleidingen en oefengroepjes. Hij is lid van LETS Brussel en LETS Tervuren, en woont sinds dit jaar in Tervuren.