

‘Het verhaal van Roodkapje is anders als de wolf het vertelt’

Workshop effectief communiceren: jij en de ander

Hoe bereik je de ander? Word jij begrepen? In situaties van verlies is het al lastig om contact te houden met jezelf, laat staan ook de ander nog eens te begrijpen. Als ‘oplossing’ trek je je dan maar terug, op je eigen eiland. Jij wilt de ander niet lastigvallen met jouw rouw en anderen willen jou niet belasten met hun verdriet of boosheid. Herken je dit zelf? Herken je dit in jouw gezin of familie? Dan is deze workshop echt iets voor jou!



Je kunt niet niet communiceren. Communicatie is er altijd, ook al doen we onze mond niet open. En doen we dat wel, hoe verschillend kunnen onze verhalen dan zijn? Stel, jij en ik hebben dezelfde film gezien. Als we hierover aan een vriend vertellen, hoort deze twee andere versies. Inderdaad, ook het verhaal van Roodkapje wordt anders als de wolf het vertelt. En beide verhalen mogen er zijn!

Resultaat

Als je deze workshop hebt gevolgd, dan kun je:

- Contact maken met jezelf en van daaruit contact maken met de ander;
- Écht luisteren naar het verhaal en de boodschap van de ander, verbaal en non verbaal;
- Zelf een heldere boodschap formuleren, die overkomt bij je gesprekspartner;
- Effectief feedback geven en ontvangen;

Zodat je begrijpt en begrepen wordt en samen je weg vindt in het verlies dat je is overkomen.

Voor wie

Voor mensen in verliessituaties die zichzelf willen begrijpen, vanuit hun eigen behoefte hun verhaal willen vertellen en/of hulp willen vragen én de ander willen steunen in zijn/haar verlies. Om optimaal van elkaar te kunnen leren, is de maximale groepsgrootte 10 personen.

Programma

Belangrijke onderwerpen in de workshop zijn:

- Waarnemen, contact maken, observeren en interpreteren;
- Luisteren, samenvatten en doorvragen;
- De vier niveaus in onze gesprekken en wisselen tussen deze niveaus;
- De kracht van non verbale communicatie;
- Reflecteren en feedback geven/ontvangen.

Afhankelijk van de inbreng van de deelnemers kan het programma enigszins wijzigen. Je ontvangt een reader met heldere en korte uitleg van de theorie.

Voorkennis

Voor deze workshop heb je geen specifieke voorkennis nodig. Niveau is mbo/hbo.

Praktische informatie

Duur en datum: 3 uur, datum nader te bepalen en op aanvraag
 Kosten: € 62,50 exclusief 21% btw, inclusief koffie en thee. Inclusief btw: € 75,63
 Locatie: Cultuurcentrum Carolus, Oranje Nassaustraat 8 in Valkenswaard of op locatie