

# Effectief communiceren

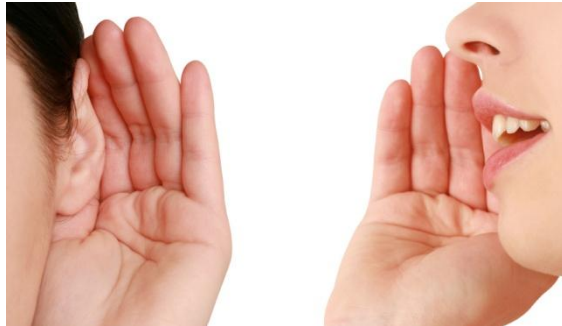
## Verbinding in communicatie

**Uzelf;** begrijpen en begrepen worden

**Team;** luisteren en vragen stellen

**Klant;** luisteren en begrepen worden

**Tweeledig;** zowel in privé als werk



**Waarom:** Zou u ook zo graag echt gehoord willen worden? Er wordt nooit naar u geluisterd en als u wat zegt, wordt de ander vaak geïrriteerd, boos of ontwijkt u. Waar ligt dat nu aan? Ooit hebben we geleerd wat goed en fout is, zo denken wij en zo communiceren wij. Onze gedachten maken onze waarheid, maar zijn interpretaties van feiten. Wij denken vaak te communiceren over ons gevoel, dat is niet zo. We communiceren in oordelen, door gedachten en niet in behoeftes. Dat zorgt voor miscommunicatie. Wilt u een effectieve vorm van communicatie leren, lees dan hieronder hoe dat mogelijk is.

**Wat:** In 4 dagen (a 6 uur) heeft u de basis om op een juiste wijze te communiceren, in uw organisatie, in uw team en naar de klant en zelfs in uw privéleven. Aan bod komt:

- Leren van achtergrondtheorie
- Aanleren van basisvaardigheden
- Oefening in de praktijk
- Reflectie op de praktijk
- Praktijkopdracht

**Hoe:** De juiste wijze van communiceren te leren; door zelfkennis en zelfreflectie bent u in staat de boodschap vanuit gevoel en behoefte te benoemen. Dan alleen kunt u effectief een boodschap overbrengen, zonder weerstand op te roepen en wordt u begrepen!.

## Effectief en verbindend communiceren levert op:

- In verbinding te zijn met de ander en wederzijds begrip
- Naar elkaar luisteren, horen en gehoord worden
- Jezelf en de ander beter kennen
- Bij de feiten blijven, niet communiceren vanuit interpretaties
- Helder zijn in wat je van de ander vraagt

**Effectief communiceren is investeren, maar levert u begrip voor elkaar op, minder misverstanden en goede zorg voor uzelf, dus ook voor de ander!**

(gebaseerd op het werk van Marshall Rosenberg).

**Deze training is geschikt om zowel persoonlijk, als met uw team, of organisatie te volgen.**