



Drive to Life
Coaching

De Basiscursus Geweldloze Communicatie 2018

Algemeen:	8-weekse training & coaching
Start data:	4 sept- 23 okt (Nederlands) en 30 aug-18 okt (Engels)
Tijd:	19 tot 22 uur (inloop 18.45)
Deelnemen:	Min 10 - max 18 personen
Locatie:	Dorpsschuur, Oosterhoutsedijk 29, Nijmegen-Lent
Vergoeding:	195-395 euro (keuze)
Aanmelden:	Via vragen@drivetolife.nl / 06 430 332 21
Www:	drivetolife.nl

Is een gelijkwaardige relatie met je kind, partner of collega heel belangrijk voor jou? Zoek je meer *balans* en *flow* in je dagelijks leven en werk? Wil je een conflict oplossen of juist voorkomen?

Dan is deze cursus voor jou bedoeld.

Geweldloze Communicatie is krachtig, ontwapenend en doeltreffend. Het richt zich op twee vragen: Wat leeft er in ons? En hoe leven we het leven dat we het liefst willen leven? Grondlegger Marshall B. Rosenberg ontwikkelde deze simpele maar ingrijpende techniek om mensen op allerlei niveaus in de samenleving te helpen vreedzaam samen te leven en te werken.

Trainer Renske Janssen, voorheen kunsthistorica en curator, noemt het 'een vorm van sociale innovatie en ingrijpende transformatie. Deelnemers ervaren dat zij zelf de maatschappij zijn en direct grote invloed hebben op hun eigen leefomgeving'.



Drive to Life
Coaching

Wat ga je leren?

De vier stappen van geweldloos communiceren en de taal van de jakhals (geweld) en de giraf (hart). Hoe empathie te hanteren om relaties te verstevigen. Hoe zonder oordeel in gesprek te gaan. Hoe helderheid te creëren, wat de ander ook zegt of doet. Hoe radicaal te staan voor onze eigen gevoelens en behoeftes. Hoe een duidelijk verzoek te doen zonder eisen te stellen. Met een allesomvattend doel om ons leven te verrijken.

Kortom: Leer de kunst van de dialoog!

NVC Trainer: Renske Janssen