

## **Geweldloze communicatie: glashelder, empathisch en effectief (Basis 1)**

18 + 19 maart 2021

22 + 23 april 2021

03 + 04 juni 2021

06 + 07 juli 2021

- 
- Heb je wel eens zo'n dag dat een irritatie over een patiënt of collega de hele dag blijft hangen?
  - Voel je je moe na bepaalde gesprekken zonder dat je begrijpt waarom?
  - Heb je een collega bij wie je niet makkelijk op tafel legt wat voor jou belangrijk is?

Soepele samenwerking is de basis van goede zorg en plezier in je werk. En een uitdaging. Overtuigingen en onderhuidse emoties leiden vaak tot verwijdering of gedoe. Geweldloze communicatie geeft een heldere en krachtige verduidelijking van de psychologische dynamiek tussen mensen. Door het vergroten van inzicht in je eigen drijfveren kun je andere keuzes maken en anderen beter begrijpen.

Deze intensieve tweedaagse training wordt gegeven door Yvonne Jeucken, huisarts en internationaal gecertificeerd trainer geweldloze communicatie.

In deze training leer je:

- Reactieve gedragspatronen van aanval en verdediging doorbreken
- Op simpele wijze tot woorden komen die het verschil maken
- Inzicht krijgen in je eigen drijfveren en die van de ander
- Subtiel geweld in taal en de effecten ervan herkennen
- Rustig, respectvol en assertief grenzen aangeven
- Feedback geven zonder oordeel
- Een vorm van empathie die helderheid, effectiviteit en rust geeft
- Bewust reageren vanuit je eigen waarden

Doel: respect en ruimte in gesprekken, effectieve samenwerking, meer plezier in je werk.

---

### **Programma dag 1**

09.15 Ontvangst en inschrijving

09.30 Wat willen we anders?

10.30 "Enjoy the jackal-show": 4 manieren om te luisteren

11.00 Theorie. Welke keuze heb je?

11.20 Oefening in grenzen, verschillen tussen empathie en de fight-flight reflex

11.45 Verschillen tussen feitelijke waarneming en interpretaties herkennen

12.00 Verschillen tussen gevoel/gedachte en behoefte/strategie herkennen

12.30 Lunch

13.30 Aanleiding versus oorzaak, een onderzoek

14.00 Emotional slavery

14.45 What makes us tick?

15.30 Welk verzoek werkt?

- 16.00 Oefening empathisch luisteren
- 16.45 Afsluiting
- 17.00 Einde

## **Programma dag 2**

- 09.30 Theorie valkuilen eerlijk uiten
- 10.00 Eerlijk uiten in de praktijk voor iedere deelnemer, met feedback
- 12.00 Oefening 'wat is belangrijk?'
- 13.00 Lunch
- 14.00 Keuzevrijheid in gesprekken: een GC dialoog in de praktijk
- 16.15 Zelfreflectie zonder zelfoordeel
- 16.30 Feedback en vragen
- 17.00 Einde

## **Docent**

Yvonne Jeucken, huisarts en internationaal gecertificeerd trainer Geweldloze Communicatie.

## **Organisatie**

Yvonne Jeucken in samenwerking met het Wenckebach Instituut UMCG.

## **Doelgroepen**

Medisch specialisten, huisartsen, tandartsen, paramedici en verpleegkundigen.

## **Accreditatie**

Accreditatie is toegekend door het ABAN, VSR en het Kwaliteitsregister Verpleegkundigen en is aangevraagd bij het KRT.

U ontvangt na afloop (op verzoek) een bewijs van deelname.

## **Locatie**

De cursus vindt plaats Nieuw Allardsoog.

Jarig van der Wielenwei 6

9243 SH Bakkeveen

## **Parkeren/Openbaar vervoer**

U kunt gratis parkeren bij de locatie.

## **Kosten**

Deelname aan deze cursus kost € 565,- voor medici en € 490,- voor overige deelnemers (inclusief koffie, thee, lunch en cursusboek). U kunt online (via IDEAL of credit card) betalen. UMCG-medewerkers kunnen ook via kostenplaats betalen.

## **Inschrijving**

U kunt zich tot **2 weken vooraf** via [www.wenckebachinstituut.nl](http://www.wenckebachinstituut.nl) inschrijven.

Deelname is aan een maximum aantal gebonden, inschrijving vindt plaats op volgorde van binnenkomst.

Wij informeren u zo snel mogelijk over plaatsing.

Annulering van uw inschrijving is mogelijk tot 2 weken vooraf. In dat geval worden administratiekosten (€ 25,-) in rekening gebracht. Bij annulering na deze datum is geen restitutie mogelijk. Bij verhindering kan een vervanger uw plaats innemen.

## **Meer informatie**

Wenckebach Instituut UMCG

Postacademisch Onderwijs

(t) 050-3610265

(e) [paog@umcg.nl](mailto:paog@umcg.nl)