



Interactieve lezing Verbindende / Geweldloze Communicatie

U kunt de gegevens uit dit bericht naar eigen believen gebruiken voor uw aankondiging.

Hester Macrander is internationaal gecertificeerd trainer in Verbindende (Geweldloze) Communicatie. Tevens is Hester theaterdocent en docent Nederlands. Van 1990 - 2004 stond Hester op de Nederlandse podia als cabaretier. Dus haar lezing zal zeker met enige humor gebracht worden.

Zij is voorzitter van de Nederlandstalige Geweldloze Communicatiekring, de vakgroep van trainers in Nederland en Vlaanderen.

Wat is Verbindende Communicatie?

Het komt van *Nonviolent Communication*, letterlijk vertaald 'Geweldloze Communicatie' en grijpt terug op de politieke beweging van de *Nonviolence*, waar Ghandi en Martin Luther King om bekend stonden. Marshall Rosenberg (1934-2014), psycholoog, heeft het omgezet in een interpersoonlijke communicatiemethode. Rosenberg heeft zich tevens met onderwijs beziggehouden, en schreef een boek daarover: 'Levenverrijkend Onderwijs'. Het doel van onderwijs zou moeten zijn het leven 'mooier' te maken voor elkaar, te verrijken. Het doel van onderwijs is dus niet persoonlijk economisch gewin, of braaf gehoorzamen, maar de wereld vormgeven met elkaar.



Nieuwe moraal

Hester ziet de Verbindende Communicatie als basisbouwsteen voor een nieuwe moraal, bijvoorbeeld voor het nieuwe vak 'Burgerschap'. Het is een volgende stap in beschaving, gebaseerd op de erkenning van universele menselijke drijfveren. Het leidt tot het bewust niet aangaan van strijd, respect voor andermans en eigen grenzen, een houding van mededogen en het actief beoefenen van empathie, zowel voor zichzelf, als voor de ander. Wat empathie wel en niet is, zal Hester uitleggen; in ieder geval blijft ieder in eigen schoenen staan!

Doelen

Een van de doelen van Verbindende Communicatie is met verschillen kunnen omgaan. Tevens gaat het om sterker staan in eigen schoenen, verankerd te zijn in eigen behoeften en oog te hebben voor de behoeften van de ander. Dit leidt ertoe dat men beter met situaties en mensen om kan gaan die als 'lastig' ervaren worden.

Ook gaat het om de belangrijke vraag hoe je structuren (bedrijven, organisaties, scholen) zo maakt, dat het mensen verrijkt in plaats van onderdrukt.

De essentie van Verbindende Communicatie is dat ieder mens gedreven wordt door (onbewuste) behoeften. Deze zijn universeel. Emoties en oordelen zijn *een gevolg* van al dan niet vervulde behoeften. Bewustzijn verkrijgen over die behoeften en van daaruit gaan communiceren en met andere ogen naar anderen kijken, dat is de uitdaging.

Hoe dan? Hester vertelt hoe je deze methode praktisch toepast en wat dit betreffende gezelschap eraan kan hebben. Af en toe vraagt ze het publiek met elkaar te sparren, dus men hoeft niet alleen te luisteren.

De broodnodige humor. *Last but not least* zal Hester met humor benadrukken, dat we elke keer ook weer falen in wat we zo graag goed willen doen... Hester in ieder geval wel, want zij is ook maar een mens... Daar geeft ze vele komische voorbeelden van.

Foto

Stuur een mail naar hestermacrander@gmail.com en zij stuurt u een foto geschikt voor drukwerk. (Deze foto is een voorbeeld ervan, is niet geschikt voor drukwerk)



Foto: Ans Dekkers Fotografin (naamsvermelding verplicht). Copyright-vrij