



# Verbindend communiceren in je gezin

Samenwerking, harmonie, plezier, begrip,  
vertrouwen & verbondenheid.



Wil jij graag...

- Een prettigere relatie met je kind?
- Dat je kind beter luistert, of zelf effectief kunt luisteren?
- Leren hoe je met de boosheid van je kind (of van jezelf of een ander familielid) kunt omgaan?
- Ontdekken hoe je in stressvolle situaties rustig kunt blijven?
- Begrijpen waardoor je kind nee zegt?
- Ontdekken wat de ja achter de nee is?
- Meer onderling respect, vertrouwen en saamhorigheid?

Dan is de cursus 'Verbindend communiceren' wat voor jou!



### Verbindend communiceren

Deze gratis cursus is gebaseerd op het gedachtegoed van 'Geweldloze Communicatie door Marshall B. Rosenberg.

*'Het samen komen met mijn partner heeft een meerwaarde voor onszelf en het gezin'*

### Wat ga je leren?

We gaan praktisch aan de slag met het 4 stappen model om te ontdekken hoe je dit kunt toepassen in je gezin.

Wat laat je kind jou zien achter de boosheid, angst, verdriet of de verwijten? Wat heeft je kind dan nodig? En jij als ouder? Want misschien word jij ook onredelijk boos of weet je het gewoon even niet meer? Hoe kom je dan weer in verbinding met elkaar?

Door effectief te luisteren en te horen wat een ieder nodig heeft, komt er ruimte voor oplossingen, waar zowel jij als je kind blij van kunnen worden.

*'Thuis kon ik gelijk oefenen, de manier waarop ik nu op mijn kind reageer, heeft voor grote veranderingen gezorgd'*

### Hoe werkt het door in je gezin?

Deze cursus helpt je bij:

- het verminderen van ruzies
- beter in de hand houden van emoties
- grenzen duidelijk aangeven
- meer op één lijn komen als ouders
- oplossen van communicatieproblemen

*'Ik heb geleerd dat als de spanning oploopt, ik niet meer heel boos hoeft te worden maar met rust en begrip de situatie kan oplossen. Onze band is daardoor verbeterd en het is thuis veel gezelliger geworden'*

### Aanmelden

De cursus bestaat uit acht bijeenkomsten van 9.00 – 11.30 uur.

Je kunt je aanmelden via [www.samenopgroeien.nu](http://www.samenopgroeien.nu)

### Eerst nog een vraag?

Bel gerust met de trainers:  
Karmin Schaap: 06-23777402 of  
Khaties Nap: 06-57548610