



## Verbindende communicatie

<b>Domein</b>	Omgaan met anderen
<b>Omschrijving</b>	Basistraining Verbindende Communicatie.
<b>Doelstelling</b>	<p>Verbinding maken met jezelf: ontdekken wat je gewaarwordingen zijn, wat je voelt en wat je behoeften zijn in situaties.</p> <p>Op een verbindende manier kunnen communiceren wat erin je leeft.</p> <p>Leren luisteren naar wat er echt leeft in de ander.</p> <p>Op een gezonde manier zorgdragen voor jezelf. Omgaan met je oordelen over jezelf en over anderen. Omgaan met oordelen van anderen.</p>
<b>Methodiek</b>	<p>Ervaringsgerichte training vanuit eigen concrete situaties met mogelijkheid om veel te oefenen.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <u>het 4-stappenmodel</u>:<ol style="list-style-type: none"><li>1. Waarneming</li><li>2. Gevoel</li><li>3. Behoeft</li><li>4. Verzoek</li></ol></li><li>• en <u>de drie processen</u> van verbindende communicatie:<ol style="list-style-type: none"><li>1. Zelfempathie</li><li>2. Verbindende eerlijkheid</li><li>3. Empathie</li></ol></li></ul>
<b>Doelgroep</b>	Iedereen die interesse heeft in het onderwerp. Beschikken over een reflectief vermogen en in groep kunnen functioneren.
<b>Aantal deelnemers</b>	Minstens 6, maximum 10
<b>Wanneer</b>	Donderdag van 13u30 tot 16u
<b>Locatie</b>	Gebouw 8; dramalokaal (verzamelen ingang gebouw 8)
<b>Praktisch</b>	
<b>Therapeut</b>	



## VLOT voor jongvolwassenen

<b>Domein</b>	Omgaan met anderen
<b>Omschrijving</b>	Een plek waar jongvolwassenen in opname elkaar kunnen ontmoeten. Er is ruimte voor ontspanning, het delen van ervaringen, leren van elkaar, creatieve zelfontplooiing,...
<b>Doelstelling</b>	<p>Jongvolwassenen verbinden. Voor veel jongeren is het belangrijk om in contact te komen met leeftijdsgenoten.</p> <p>Tijdens deze levensfase zijn we met heel wat specifieke thema's, vragen en interesses bezig. Het kan betekenisvol zijn om dit te delen en (h)erkenning te vinden bij elkaar.</p> <p>Daarnaast kan het al eens deugd doen om even weg te zijn van de afdeling en gewoon wat ontspanning op te zoeken.</p>
<b>Methodiek</b>	Ontmoetingsplek en vraaggericht werken rond leeftijdsspecifieke thema's.
<b>Doelgroep</b>	-26 jarigen
<b>Aantal deelnemers</b>	Maximum 20 deelnemers
<b>Wanneer</b>	Dinsdag van 13u30 tot 16u Donderdag van 13u30 tot 16u
<b>Locatie</b>	Grasveldje achter gebouw 2 (naast de kippen)
<b>Praktisch</b>	Deze VLOT-module is nog in ontwikkeling. We willen samen met jullie een aanbod creëren, waar er én plek is voor ontmoeting, én kan gewerkt worden rond relevante thema's.
<b>Therapeut</b>	