



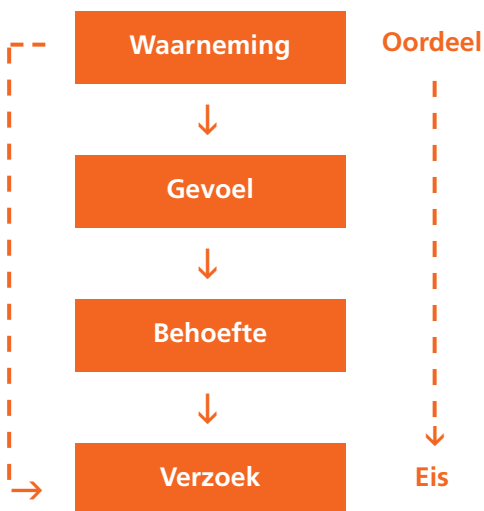
In deze nieuwsbrief

Kortsluiting: niet altijd korter
NVC-documentaire in de maak!

Trainingsaanbod Ai-opener

Diversen

- Zomerfestivals
- Omgaan met conflicten
- From now on



Kortsluiting

Kortsluiting: niet altijd korter

De laatste jaren geef ik meer dan de helft van mijn tijd training in organisaties. Eén van de dingen die me daarbij opvallen is de nadruk die ligt op efficiency. In de communicatie uit zich dat door dat mensen de neiging hebben om van stap 1 van het proces, de waarneming, direct naar stap 4 te gaan: het verzoek. Of, misschien nog wel vaker, direct vanuit het oordeel met een eis te komen. Bijvoorbeeld: "Je bent alweer te laat met het aanleveren van de cijfers (oordeel). Ik ga er vanuit dat je me voor vanmiddag 14.00 uur alsnog dat bestand mailt (eis)." Herkenbaar?

Dat lijkt op het eerste gezicht efficiënt. Bovenstaande zin bevat slechts 25 woorden. In de praktijk ligt dat meestal anders. Allereerst omdat mijn ervaring is dat de meeste mensen gevoelig zijn voor oordelen en verwijten. En dat kan zich uiten in de volgende reacties:

- verdedigen ("Hoezo, we hadden pas morgen afgesproken.")
- in het geweer komen ("Net alsof jij altijd op tijd bent...")
- afsluiten ("Nou, als het zo moet...") of andere.

Het interessante van al deze reacties is dat de aandacht vooral uitgaat naar het oordeel zelf en niet naar een mogelijke oplossing. En dat je daarmee dus veel tijd kunt 'verspillen'.

Het tweede heeft te maken met het ontbreken van gevoelens en behoeften in de eerdere zin. Daarmee sluit je als het ware de communicatie kort (zie plaatje hiernaast). Dat kost inderdaad minder tijd. Tegelijkertijd maak je daarmee de kans kleiner dat de ander zich verbindt met je boodschap. En de bereidwilligheid om samen met jou naar een oplossing te zoeken neemt meestal ook af. Je gebruikt dus wel minder woorden maar de kans dat je je doel bereikt wordt kleiner. Met andere woorden: wel efficiënt maar niet effectief.

Hoe zou dit zelfde voorbeeld kunnen klinken met toevoeging van gevoelens en behoeften? "Als ik merk dat ik het bestand met de kwartaalcijfers nog niet heb ontvangen (**waarneming**), voel ik me gefrustreerd (**gevoel**) omdat ik nu minder tijd beschikbaar heb om de toelichtende tekst te schrijven (**behoefte aan ruimte/kwaliteit**). Heb jij een idee hoe we dit op kunnen lossen? (**verzoek**)"

Deze tweede uitspraak heeft meer woorden dan de eerste: 41 tegenover 25. En is dus minder efficiënt. Aan jou nu de vraag om te checken wat het effect is op jou van de twee verschillende boodschappen. Welke boodschap roept meer bereidheid op om naar een oplossing te zoeken en is dus effectiever? Ik ben benieuwd naar jouw **antwoord**. Voor meer praktijkvoorbeelden van de toepassing van Verbindende Communicatie in organisaties en privésituaties kun je [hier](#) > klikken.

NVC-documentaire in de maak!



Interview met Zack, ex-gedetineerde uit de VS

Er is een grootschalig project gestart voor een documentaire over het werk van Marshall Rosenberg en de wereldwijde impact van Nonviolent Communication (NVC). Doel is om een professionele film te maken waarin concrete toepassingen van NVC worden gedemonstreerd op verschillende gebieden en over de hele wereld. De titel van het project is "Big dream".

Er zijn diverse redenen waarom ik enthousiast ben over dit initiatief. Bovenaan staat dat dit bijdraagt aan het bewustzijn van en over NVC en daarmee aan meer vrede op de wereld. Verder dat het team dat hieraan werkt bestaat uit professionals met een regisseur die ervaring heeft met het maken van documentaires voor de Franse nationale televisie. Daardoor heb ik er vertrouwen in dat het resultaat een kwalitatief hoogwaardige documentaire wordt. En als laatste dat Saleem, één van de twee initiatiefnemers, een goede vriend van me is en ik weet dat hij het afgelopen jaar al zijn focus en vrije tijd heeft ingezet om met deze droom van start te gaan en Marshall Rosenberg's werk te eren.



Geneviève Roger & Saleem Ebrahim present **BIG DREAM** The movie

Yes we can!

Klik hier Click here

NEW GOAL €100,000 → €200,000

Let's be social change!

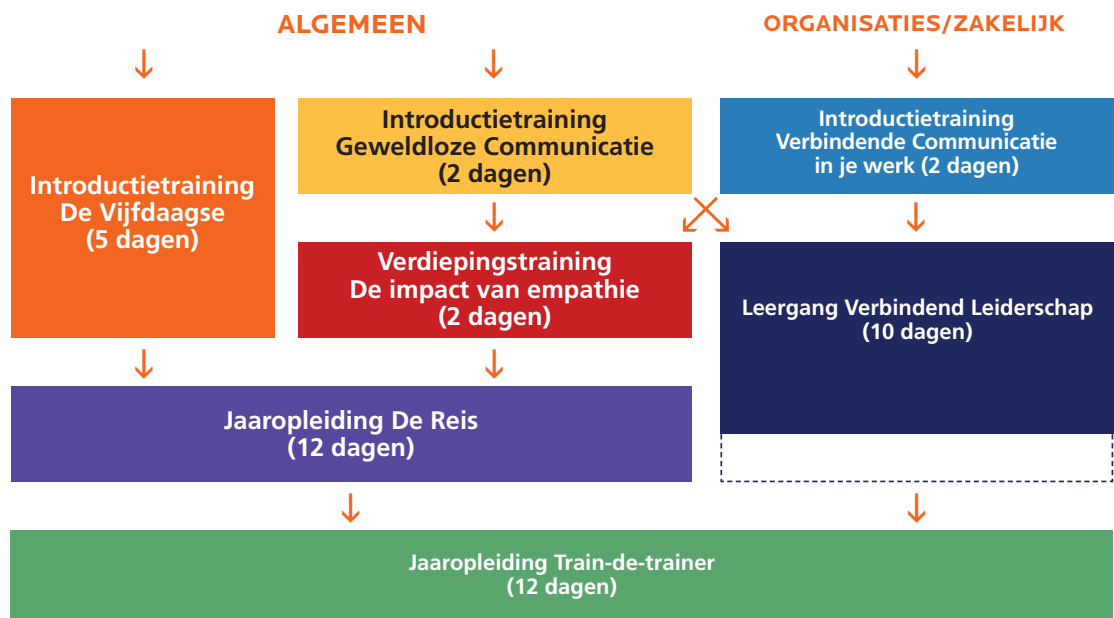
with Nonviolent Communication

Op dit moment loopt er een crowdfunding campagne om de fondsen voor de documentaire bij elkaar te krijgen. Kort geleden is het eerste doel van € 100.000 bereikt! Daarmee is het mogelijk om de minimumvariant van de documentaire uit te voeren (documentaire van 40 minuten in 3 landen). Ik heb de hoop dat we voor de maximumvariant kunnen gaan die € 300.000 tot € 400.000 kost (documentaire van 90 minuten gefilmd in 8 landen met vertalingen en grafische ondersteuning).

Als je benieuwd bent naar dit project nodig ik je uit een kijkje te nemen op deze [pagina](#) > waar alle informatie bij elkaar staat. En hier vind je een voorproefje van de documentaire: een interview met Zack, ex-gedetineerde uit de VS >. Bijdragen kan door te doneren maar natuurlijk ook door de link te delen op LinkedIn, Facebook of andere social media. De crowdfunding campagne eindigt a.s. zondag 15 mei!

Trainingsaanbod Ai-opener

Zoals sommigen van jullie misschien hebben gezien is een aantal pagina's van de website kleuriger geworden >. Dit loopt vooruit op een nieuwe Ai-opener website die we ergens in 2016 in de lucht willen hebben. Een voorbeeld hiervan is onderstaand overzicht met ons aanbod van trainingen en hoe deze samenhangen. Onze intentie is dat dit bijdraagt aan meer helderheid en overzicht. Als je feedback op de nieuwe look wil geven kun je ons een [mail](#) > sturen zodat we daar in het nieuwe ontwerp rekening mee kunnen houden. We zijn zowel geïnteresseerd in ingevulde als niet ingevulde behoeftes 😊.



De eerstkomende jaaropleiding is de Train de trainer die deze zomer weer van start gaat en die Jan van Koert en ik voor de achtste keer begeleiden. De afgelopen zeven jaar volgden zo'n 100 personen deze opleiding. En het overgrote deel daarvan deelt nog steeds op de een of andere manier Geweldloze Communicatie met anderen (via trainingen, coaching, oefengroepen of anders). Meer informatie over dit traject vind je [hier](#) >.

Daarna start op 28 september jaaropleiding 'De Reis' die wordt gegeven door Dionne Verbeet en Jenny Giezeman. Klik [hier](#) > voor meer informatie over de 21ste jaaropleiding De Reis en hoe dit traject ondersteunt om Geweldloze Communicatie daadwerkelijk te integreren.

De agenda met alle trainingen tot eind 2016 vind je [hier](#) >.

Diversen



Zomerfestivals

Dit jaar vindt 'het' Europese NVC-zomerfestival plaats in Oostenrijk van 24 t/m 31 juli 2016. Meer informatie over dit festival kun je hier vinden [>](#). Daarnaast is er ook een NVC-zomerfestival in Denemarken (waar het Europese zomerfestival ooit is begonnen) van 10 t/m 16 juli. Informatie en de mogelijkheid om je in te schrijven vind je [hier >](#).

Omgaan met conflicten

In dit filmpje vat Frederik Imbo, voormalig deelnemer van de Train de trainer, samen hoe je Verbindende Communicatie kunt toepassen bij (dreigende) conflicten. Ik word blij van de energie en helderheid waarmee Frederik dit in minder dan 3 minuten doet!. Hier vind je de [link >](#).

From now on

Van 6 tot 15 maart 2016 was de eerste International Intensive Training (IIT) in Nederland. Georganiseerd door Dionne Verbeet en Thera Balvers, met een heel team aan vertalers/vrijwilligers, Marianne Göthlin, Gina Lawrie, Jan van Koert en mijzelf als trainer en zo'n 65 deelnemers. Hoewel ik best veel energie in de IIT heb gestopt (9 dagen aaneengesloten training geven en weg van mijn gezin) heeft het me vooral veel energie gegeven. O.a. vanwege de inspiratie en verdieping die het gaf en het enthousiasme van de deelnemers. En om dat tastbaar te maken deel ik graag één van de dingen die me raakten tijdens de IIT: het gedicht "From now on" dat Marshall Rosenberg in 1970 schreef en dat Marianne Göthlin inbracht [>](#).

Hartelijke groet en wellicht tot ziens/horens!

Martin van der Meulen (mede namens Ingrid Bouland,
Jenny Giezeman, Dionne Verbeet en Christiaan Zandt)



Alle trainers van Ai-opener zijn internationaal gecertificeerd door het 'Center for Nonviolent Communication'.

Stuur een [e-mail](#) naar Ai-opener als je deze nieuwsbrief niet meer wilt ontvangen of een verzoek hebt om deze ook naar anderen te mailen.