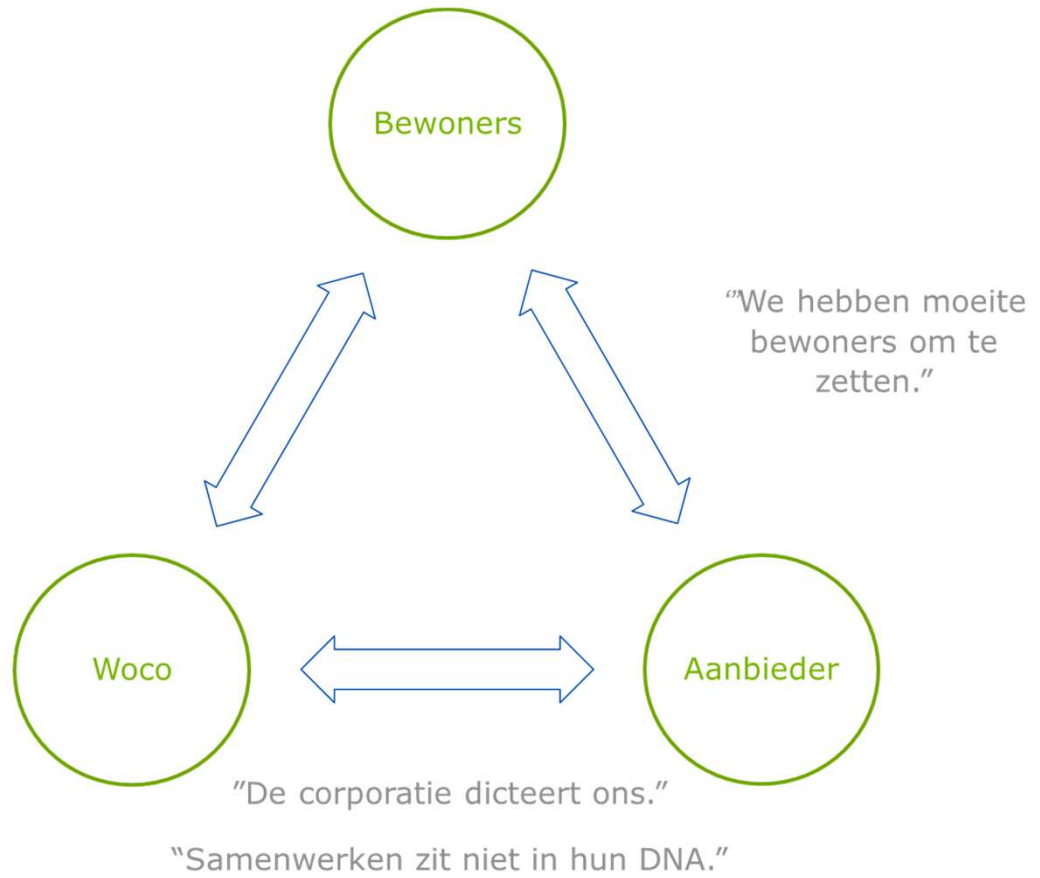


Quotes

- Aanbieder:
 - “We hebben moeite bewoners om te zetten.”
 - “De corporatie dicteert ons.”
- Corporatie:
 - “Aanbieders zijn geldbelust.”
 - “Samenwerken zit niet in hun DNA.”
 - “Het (de aanbieder) is net een machine; kan niet stoppen.”
 - “Energiebedrijven zijn een soort olietankers.”

Situatie



Herkenning?

- Vertel in 2 zinnen: een eigen ervaring.
- Wat deed dat met jou?

Weerstand uitingen

(theorie)

- Blinde weerstand (Reactantie)
- Ongeloof (Scepticisme)
- Daadloosheid (Inertia)

'Je pakt me iets af!'

'Jaja...'

'Ja zeggen (nee doen)'

Weerstand =
onvervulde
behoefte
(theorie)

- Blinde weerstand (Reactantie) *'Je pakt me iets af!'*

AUTONOMIE (keuze, ruimte, tijd, onafhankelijkheid)

- Ongeloof (Scepticisme)

'Jaja...'

VERTROUWEN

- Daadloosheid (Inertia)

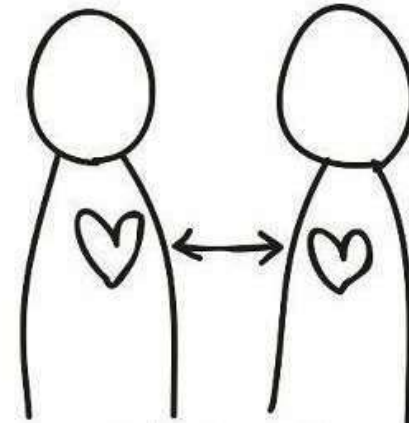
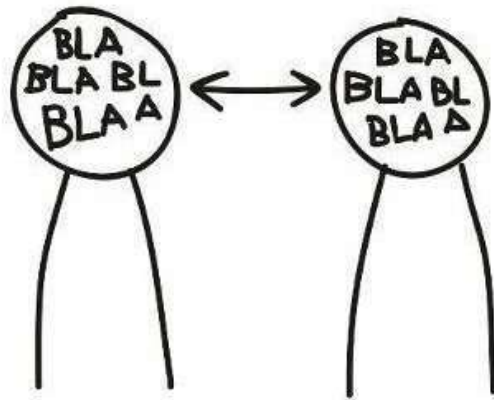
'Ja zeggen (nee doen)'

RUST, ZELFVERTROUWEN

Aandacht
nodig voor wat
er 'leeft'



Gehoord
worden



Universele Basisbehoeften

LICHAMELIJK WELZIJN

lucht
voedsel
water
onderdak/bescherming/
(emotionele) veiligheid
beweging
rust/slaap
aanraking
seksuele expressie
gezondheid/welzijn
comfort
warmte

SPEL

plezier
vieren/rouwen
flow
humor/lachen
vitaliteit/levendigheid
ontdekken/avontuur
passie
spontaniteit
spelen

VERBINDING

zorg
liefde
nabijheid/intimiteit
medeleven
inlevingsvermogen
aandacht
acceptatie
gerustelling
affectie
waardering
communicatie
samenwerking
vertrouwen
openheid
erbij horen
gemeenschap/gezelschap
betrokkenheid
wederkerigheid
respect
duurzaamheid/continuïteit
verzorging
ondersteuning
weten
zien en gezien worden
horen en gehoord worden
begrijpen en begrepen worden
delen/uitwisselen
geven en ontvangen
tederheid/zachtheid
gevoeligheid/vriendelijkheid

BETEKENIS

doel
bijdragen/leven verrijken
hoop
eigenwaarde/zelfvertrouwen/
waardigheid
innerlijke kracht
creativiteit
leren
inspiratie
uitdaging
stimulatie
evolutie/groei
zelfexpressie
helderheid
bewustzijn
bevrijding/transformatie
empowerment
competentie
effectiviteit
ertoe doen/mijn plaats in de
wereld hebben/deelnemen
spiritualiteit
aanwezigheid
eenvoud

AUTONOMIE

keuze
vrijheid
ruimte
tijd
onafhankelijkheid

AUTHENTICITEIT

eerlijkheid
integriteit
transparantie

HARMONIE

vrede
kalmte/ontspanning
schoonheid
orde
gemeenschap
gemak
voorspelbaarheid/
vertrouwdheid
stabiliteit/balans
voltooiing
heelheid

Yoram Mosenzon
Connecting2life
www.connecting2life.net
info@connecting2life.net



Een onbenutte
kans:
Empatisch
luisteren

Empathie is

Kijken met de ogen van een ander,
Luisteren met de oren van een ander,
en voelen met het hart van een ander.

Voorbeeld

(Yoram Mosenzon;
Connecting2life.com;
[https://www.youtube.com/
watch?v=XEdcuT8hSHc](https://www.youtube.com/watch?v=XEdcuT8hSHc))

Yoram 'Chinese Minister' - 2:51 minutes:



Voorbeeld

(De derde succesfactor;
Homemates.nl/interviews/)

<https://youtu.be/bHnagvADj1U>



Universele Basisbehoeften

LICHAMELIJK WELZIJN

lucht
voedsel
water
onderdak/bescherming/
(emotionele) veiligheid
beweging
rust/slaap
aanraking
seksuele expressie
gezondheid/welzijn
comfort
warmte

SPEL

plezier
vieren/rouwen
flow
humor/lachen
vitaliteit/levendigheid
ontdekken/avontuur
passie
spontaniteit
spelen

VERBINDING

zorg
liefde
nabijheid/intimiteit
medeleven
inlevingsvermogen
aandacht
acceptatie
gerustelling
affectie
waardering
communicatie
samenwerking
vertrouwen
openheid
erbij horen
gemeenschap/gezelschap
betrokkenheid
wederkerigheid
respect
duurzaamheid/continuïteit
verzorging
ondersteuning
weten
zien en gezien worden
horen en gehoord worden
begrijpen en begrepen worden
delen/uitwisselen
geven en ontvangen
tederheid/zachtheid
gevoeligheid/vriendelijkheid

BETEKENIS

doel
bijdragen/leven verrijken
hoop
eigenwaarde/zelfvertrouwen/
waardigheid
innerlijke kracht
creativiteit
leren
inspiratie
uitdaging
stimulatie
evolutie/groei
zelfexpressie
helderheid
bewustzijn
bevrijding/transformatie
empowerment
competentie
effectiviteit
ertoe doen/mijn plaats in de
wereld hebben/deelnemen
spiritualiteit
aanwezigheid
eenvoud

AUTONOMIE

keuze
vrijheid
ruimte
tijd
onafhankelijkheid

AUTHENTICITEIT

eerlijkheid
integriteit
transparantie

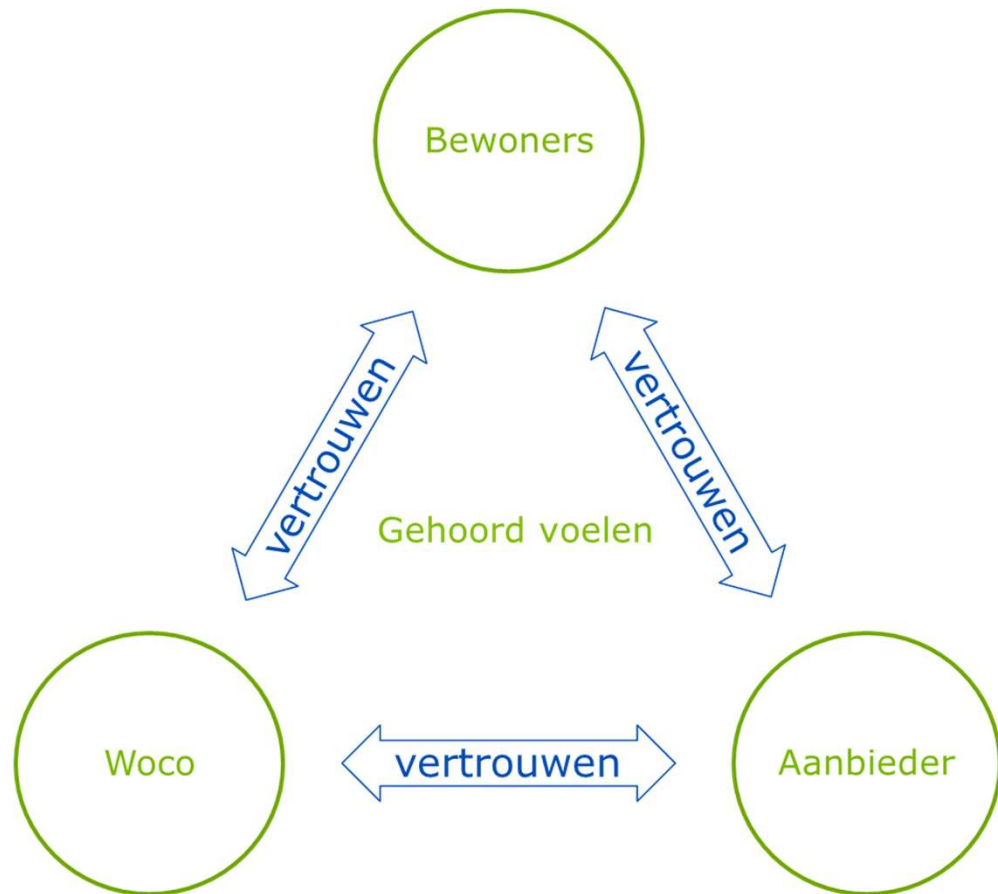
HARMONIE

vrede
kalmte/ontspanning
schoonheid
orde
gemeenschap
gemak
voorspelbaarheid/
vertrouwdheid
stabiliteit/balans
voltooiing
heelheid

Yoram Mosenzon
Connecting2life
www.connecting2life.net
info@connecting2life.net



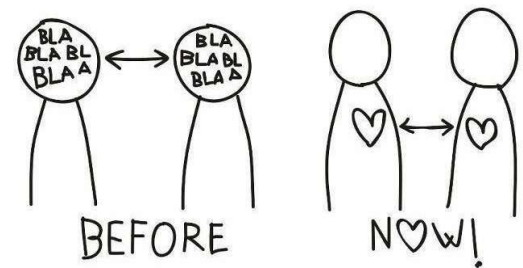
Situatie



Een onbenutte kans: Empatisch luisteren

Meer weten?

- **Margriet van Lidth de Jeude:** 06-46603931, margriet@de-organisatiepsycholoog.nl
- Verbindend communiceren (Marshall B. Rosenberg)
- <http://www.connecting2life.net>



Oefening 2 talen

- Kies een eigen situatie
- A uit (hardop) frustratie, ergernis over B
- B raadt: Wat wil A? Welke Behoefte van A is niet vervuld?
- B uit (hardop) frustratie, ergernis over A (leef je in).
- A raadt: Wat wil B? Welke Behoefte van B is niet vervuld?
- Samen: Wat zou A kunnen doen?