

Verbindend communiceren

Het échte gesprek

2 studiepunten – Semester 1

1 Rubrieken niveau microcredential:

1.1 Doelstellingen

In deze microcredential ontwikkelen deelnemers vaardigheden in **verbindend communiceren**. Ze leren helder en respectvol uitdrukken wat er in hen leeft en luisteren met empathie naar anderen, ook in uitdagende situaties.

We werken aan de volgende competenties:

1. Opbouwen van respectvolle en veilige gesprekken
2. Bewust worden van eigen communicatiepatronen (oordeel, verdediging, vermijden)
3. Helder en eerlijk formuleren van gevoelens en behoeften
4. Empathisch luisteren naar de ander
5. Constructief omgaan met spanning, kritiek en conflict
6. Reflecteren op het eigen communicatief handelen in professionele context

2 Rubrieken niveau praktische organisatie:

2.1 Overzicht programma

Deze microcredential bestaat uit 2 opleidingsdagen, met een tussenperiode om het geleerde in de praktijk toe te passen.

Lesdagen

Dag 1

- Basisprincipes van verbindend communiceren
- Bewustwording van eigen reacties en patronen
- Introductie in empathisch luisteren en helder spreken
- Oefeningen en praktijkgerichte werkvormen

Dag 2

- Verdieping en toepassing
- Omgaan met spanning, weerstand en conflict
- Inbrengen van eigen casussen
- Reflectie en integratie

2.2 Certificering

- Neem je deel aan de evaluatieopdracht en slaag je hiervoor, dan ontvang je een officieel **getuigschrift/certificaat** met vermelding van de behaalde studiepunten.
- Volg je deze microcredential uit interesse, zonder evaluatieopdracht, dan ontvang je een attest van deelname.
- Wil je doorgroeien naar het certificaat **Professionele Coach**, dan verzamel je in totaal 12 studiepunten. Voor het behalen van het **Postgraduaat Coaching en Mentoring** verzamel je minstens 20 studiepunten. Hiervoor kan je kiezen uit de verschillende coachdisciplines en masterclasses die worden aangeboden binnen **Coaching & Mentoring @UCLL Continue**.

2.3 Locatie en data

Campus Diepenbeek

DATA 2026 (opleidingsdagen zijn niet apart te volgen)

- Vrijdag 9 oktober 2026 van 9.30 tot 16 uur
- Vrijdag 23 oktober 2026 tussen 9.30 en 16 uur

2.4 Doelgroep

- Deelnemers die dit willen inzetten in hun eigen professionele context (organisatie, onderwijs, zorg, HR, begeleiding ...)
- Onder meer HR-medewerkers, mentoren, leidinggevendenden, coaches, teamleiders

2.5 Onderwijstaal

Nederlands

2.6 Studiegeld en subsidies

- € 275 voor de 2 dagen, incl. broodjeslunch
- Voor een inschrijvingsbedrag boven de €100 kan je beroep doen op KMO-portefeuille, onder thema Personeelsmanagement (competentiebeleid). Aanbieder is UC Limburg.

3 Rubrieken niveau onderwijsleeractiviteit:

3.1 Inhoud

In deze microcredential komen volgende inhouden aan bod:

Via uitwisseling met mededeelnemers en gerichte feedback verdiep je je inzichten en versterk je je professionele handelen.

De focus ligt op:

- De basis van verbindend communiceren
- Verschil tussen oordeel en waarneming
- Gevoelens en behoeften herkennen en verwoorden
- Empathisch luisteren
- Omgaan met moeilijke gesprekken
- Creëren van verbinding in professionele context

3.2 Studiemateriaal

- Leu, L. (2023). *Geweldloze communicatie: werkboek*. Lemniscaat.
- Macrander, H. (2024). *Verbindend communiceren, hoe dan?* Uitgeverij Thema.
- Mol, J. (2025). *De giraf en de jakhals in ons: over geweldloos communiceren*. SWP.
- Rosenberg, M. B., & Gandhi, A. (2011). *Geweldloze communicatie: ontwapenend, doeltreffend en verbindend*. Lemniscaat.
- Tielemans, E. (2017). *Verbindende communicatie werkt*. Garant.

3.3 Werkvormen + toelichting

We werken vanuit een **ervaringsgerichte en interactieve aanpak** met:

- Korte theoretische input
- Praktijkvoorbeelden
- Oefeningen in kleine groepen
- Reflectie en uitwisseling
- Werken met eigen situaties

We werken met visuele werkkaarten rond de 4 stappen van verbindend communiceren, gevoelens- en behoeftenlijsten, empathisch luisteren en gespreksopbouw. Daarnaast gebruiken we reflectiekaarten en praktijkgerichte casussen ter ondersteuning van oefeningen en transfer naar de werkcontext.

4 Rubrieken niveau evaluatieactiviteit

4.1 Beschrijving evaluatieactiviteit(en)

De deelnemer toont zijn/haar groei aan via **reflectie op de eigen praktijk**, bijvoorbeeld door:

- Reflectieverslag over toegepaste gesprekken
- Actieve deelname aan oefeningen

De evaluatie wordt beoordeeld met een 'geslaagd/niet geslaagd'-systeem.

4.2 Evaluatievorm

- Schriftelijk

4.3 Aanpak tweede examenkans

De deelnemer organiseert een bijkomende intervisie en herwerkt het verslag met integratie van feedback, waarbij de competenties opnieuw aangetoond worden.