

TIJD VOOR GROK WORKSHOP

Een workshop om jezelf en anderen beter te begrijpen aan de hand van het GROK spel

Grok brengt beweging in vastgelopen communicatie

Met GROK leer je je minder te ergeren, verdedigen en anderen te overtuigen. Je houding verandert, doordat je je gevoelens en behoeften gaat ontdekken en onder woorden brengen. Als ook helder wordt wat de ander voelt en nodig heeft wordt samenleven en samenwerken een stuk prettiger. Problemen krijgen oplossingen waarin alle betrokkenen zich kunnen vinden. Door elkaar echt te zien ga je erop vertrouwen dat de oplossing zich vanzelf zal aandienen, straks of morgen of volgende week.



Interesse?

Workshops Tijd voor GROK worden gegeven op locatie en duren één dagdeel.

Wil je een GROK workshop organiseren? Mail of bel Suzan Tolsma, suzan@justinemol.nl of 06 4216 4110. Zie de agenda op www.earthgames.nl/agenda voor data van GROK workshops met een open inschrijving om GROK te leren spelen.

Reacties van GROK workshop deelnemers:

"Het is leuk om samen aan de slag te gaan met verruimender communiceren. De diverse oefeningen zijn eye-openers en triggeren persoonlijke diepgang. De GROK workshop heeft nog lange tijd in mijn hoofd nagesudderd, zowel in werksituaties als ook in privé omstandigheden. Mijn communicatie ondersteunt effectiever het bereiken van mijn doel." Maddy Kloet, aandachtfunctionaris jonge mantelzorgers Arnhem

"Het GROK spel heeft mij geholpen neutraal te blijven in een conflict. Het nodigt beide partijen uit verantwoordelijkheid te nemen voor hun eigen gevoelens en behoeften." Vertrouwenspersoon bij de Belastingdienst

"Wat een geweldig en geniaal spel is dit! Dit zou elke therapeut/coach/begeleider moeten kennen! Ik heb GROK vaak bij me. Bij trainingen en bij coachingsessies is het altijd binnen handbereik. GROK heeft me al heel veel gebracht, in mijn praktijk, maar ook privé.

Soms vind je zelf niet precies de goede woorden voor wat je voelt of waar je behoefte aan hebt. Als je dan GROK erbij pakt, kan je zo uit een lastige situatie zijn." Naomi Steinen, trainer/coach Second Wind



TIJD VOOR GROK WORKSHOP

Een workshop om communicatie te verlevendigen en te verdiepen aan de hand van het GROK spel



Grok leert je meer over jezelf en verandert je beeld van anderen

GROK is een kaartspel, gebaseerd op Geweldloze Communicatie, van Marshall Rosenberg. Justine Mol, auteur van diverse boeken over Geweldloze Communicatie, haalde het spel uit Amerika naar Nederland. In samenwerking met Earth Games werd GROK in een nieuwe vorm uitgegeven. Het is nu een oogstrelend spel met 18 spelvormen over gevoelens en behoeften die uitnodigen tot creativiteit, diepgang en plezier.



Via het GROK spel maak je op een zeer toegankelijke manier kennis met Geweldloos Communiceren. In een GROK workshop raak je vertrouwd met het spel en ontdek je hoe en waar je het kunt inzetten. Het spel wordt gebruikt in professionele settings zoals teamgesprekken, training en coaching, functioneringsgesprekken, intervisiegesprekken en ook in de privé sfeer - in het gezin of de familie, met vriend(inn)en en in verenigingen.

De workshops worden gegeven door Justine Mol. Justine biedt een veilige sfeer waarin het doordringen tot de kern vanzelfsprekend wordt. Justine Mol (1949) is trainer, zen-coach en auteur. Meer over haar en haar werk vind je op www.justinemol.nl.

