

# Gewaltfreie Kommunikation – eine Sprache des Herzens

Einführungsseminar in die Gewaltfreie Kommunikation für Paare

„Liebe deine/n Jetzige/n und nicht erst deine/n Nächste/n“ Julian Tuwim

In wohlwollender und wertschätzender Atmosphäre wollen wir uns Zeit nehmen, mit unserer Lebendigkeit in Kontakt zu kommen und unsere Beziehung als Paar zu vertiefen. Wenn Verbundenheit und Verständnis füreinander da sind, wird es uns im Alltag leichter fallen Lösungen zu finden, die sicherstellen, dass beide bekommen, was sie brauchen.

Inhalte: Die Grundhaltung der Gewaltfreien Kommunikation  
Die 4 Schritte der Gewaltfreien Kommunikation  
Dankbarkeit und Wertschätzung ausdrücken  
Das 4 Ohren Modell der Gewaltfreien Kommunikation

Es wird einen Vortrag zur Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation geben, konkrete Übungen als Paar, Austausch in der Gruppe, Zeit für Zweisamkeit...

Termin: 22.11. 2013, 16.00 - 24.11.2013 13.00

Arbeitszeiten: Freitag 16.00-18.00 und 19.00 bis ca. 21.00

Samstag: 9.00 bis 12.00 und 14.00 bis 18.00

Sonntag: 9.00 bis 13.00

Ort: BildungsZentrum St. Benedikt, Seitenstetten

Leitung: Mag<sup>a</sup> Birgit Schmidt, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Theologin

Kosten: Seminarbeitrag ca. €325 / Paar + Aufenthalt

Nähere Informationen und Anmeldung: BildungsZentrum St. Benedikt, Promenade 13  
3353 Seitenstetten, T 07477-42885, F 07477-42885-20, E [leitung@st-benedikt.at](mailto:leitung@st-benedikt.at)  
H [www.st-benedikt.at](http://www.st-benedikt.at)

Mindestens 6 maximal 8 Paare.