



GEWALTFREIE KOMMUNIKATION NACH M. ROSENBERG
Vortrag & Workshop mit Barbara Roshan

„Wir können unser Leben wundervoll
oder leidvoll für uns und für andere machen,
je nachdem wie wir denken und kommunizieren.“
M. Rosenberg

„Sprichst du giraffisch?“

„Zwischen Menschen Brücken bauen“ Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation

„Gewaltfreiheit“ ist eine Haltung der Achtsamkeit. Die „Gewaltfreie Kommunikation“ (kurz: GFK) ist ein Weg, dieser Haltung Ausdruck zu verleihen. Gleichzeitig ist die GFK eine einzigartige, erlernbare Methode, aufrichtig UND einfühlsam mit sich selbst und mit anderen in Verbindung zu kommen. Der Workshop bietet Raum und Möglichkeit, diesen Weg kennenzulernen und in einem geschützten Rahmen damit zu experimentieren.

WORKSHOP: 14./15. JUNI 2014

Sa 9-18h, So 9-16h (Pausen werden mit den TeilnehmerInnen vereinbart)

Workshopinhalte:

- Haltung und Grundprinzipien der Gewaltfreien Kommunikation.
- Methode der 4 Schritte.
- Selbstempathie als Weg zur Empathie anderen gegenüber.
- Klarer und kraftvoller Selbstaussdruck ohne Verurteilungen, Schuldzuweisungen oder anderen Formen von „verbaler Gewalt“ (auch hilfreich bei der Erbkrankheit des „Nett-sein“).
- „Gewaltfreier“ Umgang mit Kritik und verbalen Angriffen. Umgestaltung von gewohnheitsmäßigen, automatischen Reaktionen in bewusste Antworten.

Zielgruppe: Personen mit Interesse am Erlernen der Gewaltfreien Kommunikation für den beruflichen oder privaten Gebrauch.

Methoden: Zahlreiche Einzel-, Partner- und Gruppenübungen an Hand von praktischen Beispielen aus dem beruflichen und privaten Alltag der TeilnehmerInnen. Theorie-Inputs.

Voraussetzungen: Keine.

Ort: EKiz, Eltern-Kind-Zentrum Klagenfurt, Leutschacher Straße 36, 9020 Klagenfurt

Kosten: € 210,- nach individueller Selbsteinschätzung und innerer Bereitschaft - am Geld soll's nicht scheitern! Anmeldung per Email sowie durch Einzahlung einer Anzahlung von 70,- bis 2. Juni 2014 auf das Konto von Barbara Roshan, IBAN: AT94 6000 0000 7262 9440
BIC: OPSKATWW bei der BAWAG PSK. Rest bei Kursbeginn.

Aus organisatorischen Gründen ist es mir nicht möglich, die Anzahlung bei einem Rücktritt zurück zu zahlen. Sie können jedoch eine(n) ErsatzteilnehmerIn stellen.

KENNENLERN-VORTRAG: DI, 1. APRIL 2014 – Kein Aprilscherz!

Impulsvortrag und offener Austausch. 18:30 - ca. 20:00, ebenfalls im EKiz
Die Teilnahme am Vortrag ist nicht Voraussetzung für den Workshop-Besuch.
Kosten: nach eigenem Ermessen (€ 10,-?)



MAG.^A BARBARA ROSHAN
Kommunikations- & Empathietrainerin
barbara.roshan@tele2.at
Tel.: 0676-89808531
www.gewaltfrei-austria.org



Mitglied im Netzwerk
gewaltfreie Kommunikation
AUSTRIA