



## GFK-Übungsgruppe

# Giraffentankstelle

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

M. Rosenberg

Jeweils Donnerstag 18:30-20:30

20. Feber 2020	14. Mai 2020
19. März 2020	18. Juni 2020
16. April 2020	16. Juli 2020

Verbindliche Anmeldung per Email, sms oder Whatsapp bitte bis Dienstag 18:30 der jeweiligen Woche. Der jeweilige Abend findet statt, wenn sich mind. 4 Teilnehmer angemeldet haben. Bitte bei der Anmeldung eine Telefonnummer bekannt geben.

Ort: Friaulgasse 3, 9073 Klagenfurt-Viktring

Finanzieller Ausgleich: Euro 20,-  
Wenn jemand gern mehr geben möchte, freue ich mich.

## Ziele

Haltung und Anwendung der **Gewaltfreien Kommunikation üben** und in den Alltag integrieren.

**Herausforderungen** jeder Art, insbesondere Konflikte in zwischenmenschlichen Beziehungen besser verstehen und zur Zufriedenheit aller Beteiligten **Lösungen finden**.

Mich selbst und andere einfühlsam und liebevoll annehmen und zum Ausdruck bringen.

Friedliche, tiefe und sinnvolle Begegnungen ermöglichen.

In einer Gruppe gleichgesinnter Menschen wachsen, die eigenen Grenzen erweitern und andere auf ihrem Weg unterstützen.

**Giraffen-Energie** – die nährenden Qualität von Einfühlung und Verbindung – tanken.

## Voraussetzung

Besuch eines Einführungsseminars „**Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg**“ (ca. 20 Std.)