



Offener Trainingsraum

„Honesty & Empathy“

„Eine einfühlsame Haltung ist nicht einfach immer da, sondern entsteht immer wieder, wenn wir gut für uns sorgen und uns selber nähren.“

M. Rosenberg

Zweimal im Monat, Montags 19:00-21:00

26. April, 10. und 24. Mai
7. und 21. Juni, 5. und 19. Juli 2021

Bis auf Weiteres online.
Voraussetzung: Besuch eines GFK-Einführungsseminars nach M. Rosenberg.

Anmeldung

Per Email an barbara@roshan.at jeweils bis Montag um spätestens 13h (mit Namen; Adresse, Telefonnummer). Anmeldung per Whatsapp oder sms unter 0676-89808531, wenn die Kontaktdaten bekannt sind. Die Anmeldung ist verbindlich. Ab 3 Anmeldungen findet der Abend statt. Bestätigung und Link wird zugeschickt.

Finanzieller Ausgleich

€ 36,-/Abend (inkl. Ust).

Per Überweisung auf das Konto:
Kontoinhaber: Mag. Barbara Roshan
IBAN: AT94 6000 0000 7262 9440
Verwendungszweck: „GFK-Trainingsraum“ mit Datum und Namen.

Wenn wir die in einem Seminar erlernten Denk-, Sprach- und Verhaltensmuster im Alltag anwenden wollen, ist es notwendig, dass sich die neuen "Bahnen" im Gehirn festigen.

Dafür braucht es eine erhebliche Anzahl an Wiederholungen und anhaltende Übung.

Ziele

Die **4 Schritte** und andere GFK-Prozesse an Hand von Alltagsbeispielen **üben**.

Eigene Beispiele in einem geschützten Rahmen aus verschiedenen Perspektiven **neu erfahren** und gemeinsam **reflektieren**.

Offene Fragen und Herausforderungen in Bezug auf die Anwendung der GFK im beruflichen und privaten Alltag **klären**.

Einander auf einer tiefen Ebene begegnen und dabei unsere „**Inneren Batterien**“ dank der nährenden Qualität von Einfühlung und Verbindung **aufladen**.

Verantwortung für unsere persönliche Entwicklung übernehmen und die **Haltung der GFK** mehr und mehr in unser eigenes Leben **integrieren**.

*Ich freue mich über jeden Einzelnen,
der sich mit mir auf den Weg macht.
Herzlich willkommen!*

Barbara Roshan

barbara@roshan.at
www.roshan.at