

GEWALTFREIE KOMMUNIKATION (GFK)

Mit Worten Brücken bauen

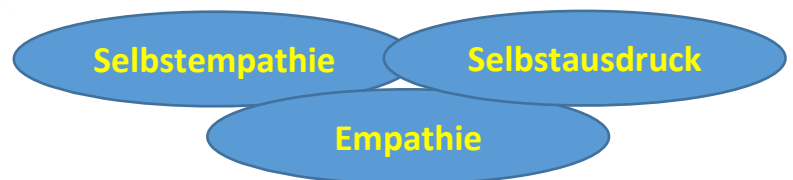


Praxistage:

Samstag, 21. Mai 2022

Samstag, 11. Juni 2022

Aufbautraining



Inhalte – Was du in diesem Workshop lernen kannst:

Die Wirkungsweise der GFK

- Klarheit & Verbindung herstellen
- auch bei Ärger und Konflikten

Die Umsetzung der GFK:

- Beobachtungen von Bewertungen unterscheiden
- Meine Gefühle & Bedürfnisse versus Deine Gefühle & Bedürfnisse erkennen
- Verbindung jenseits von richtig & falsch erleben
- Die Lösung findet uns – das Magische am Leben zulassen
- Bitten äußern anstelle zu fordern: für Beziehung, Handlung, Feedback

Authentischer Selbsta Ausdruck

- sagen was ich brauche, ausdrücken was ich von dir wahrnehme
- Beobachtungen anstelle von Bewertungen benennen

Leben & kommunizieren, was stimmig ist

- Lösungen jenseits von richtig und falsch: bemerken was stimmig ist

Bitte zur Teilnahme: vorab Besuch eines Einführungsseminars (online oder live)

Was Du bekommst:

- ✓ Übungsraum mit Gleichinteressierten und Unterstützung
- ✓ Vertiefendes Wissen zur Umsetzung der GFK
- ✓ Materialien & Skriptum zur Umsetzung im täglichen Leben

Verpflegung: Tee, Kaffee, Obst & Kekse sind im Preis inbegriffen und vor Ort zur Verfügung. Pausenverpflegung kann mitgebracht werden. Restaurants in der Umgebung.

Ort: Gemeinschaftspraxis Querfeldein, Schottenfeldgasse 71/2/23, 1070 Wien

Tage: Samstag, 21. Mai 2022, **einzel buchbar**
Samstag, 11. Juni 2022, **einzel buchbar**

Zeiten: Ankommen ab 9 Uhr – bitte mit negativem Covid-Test (zur Sicherheit für alle)
9:30 – 18:00 inkl. 1.5 Std. Mittagspause

Gruppe: bis 8 Teilnehmer*innen

Beitrag: € 95 pro Seminartag
Bei Kostenübernahme durch den Arbeitgeber bitte € 125,- pro Seminartag.
Bei Rücktritt ab 1 Woche vor Seminarbeginn werden € 50 verrechnet.

Trainerin: Mag. Lydia Hammerschmied, geb. 1977 in Wien
Zertifizierte Trainerin für gewaltfreie Kommunikation
CNVC-Certified Trainer
Wirtschaftswissenschaftlerin

Information & Anmeldung:

Mag. Lydia Hammerschmied
0676/ 522 77 05

lydia.hammerschmied@yahoo.de

GFK wirkt: mit Worten Bücken bauen.

