



## Gewaltfreie Kommunikation

# Einführungsworkshop

Mit Barbara Roshan

16.-18. Juni 2023

Fr. 16:00 – 20:00, Sa. 9:00 – 18:00 und  
So. 9:00 – 16:00

### Bildungshaus Sodalitas

Propsteiweg 1, 9121 Tainach.  
Hr. Korpitsch, Tel. 0676-87727211

### Voraussetzung

Bereitschaft zur Selbstreflexion und  
persönlicher Weiterentwicklung.

### Finanzieller Ausgleich

Selbstzahler: € 240,- inkl. 20% Ust.

Unternehmer bzw. bei Übernahme durch  
den Arbeitgeber: € 360,- inkl. 20% Ust.

Earlybird: € 192,- inkl. 20% Ust.  
(Einzahlung bis 1. Mai 23)

Jeweils exkl. Kosten für Übernachtung und  
Essen. Stornobedingungen: [www.roshan.at](http://www.roshan.at)

### Anmeldung & Infos

Per Email an [barbara@roshan.at](mailto:barbara@roshan.at) und  
Überweisung einer Anzahlung von € 50,-  
Restbetrag bis 1. Juni 23.

Für die Zertifizierung nach dem CNVC  
und dem dt. Fachverband anrechenbar.

Anzahl Teilnehmende: 6-9 Personen  
Anzahl Übungseinheiten: 16

Weitere Infos: 0676-89808531.

[www.roshan.at](http://www.roshan.at) - [www.gewaltfrei.at](http://www.gewaltfrei.at) - [www.cnvc.org](http://www.cnvc.org)

„Willst Du recht haben oder glücklich sein?  
Beides zusammen geht nicht.“

Im Kern geht es bei der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) nach M. Rosenberg um Verbindung und Zusammenarbeit. Im Workshop werden die wichtigsten Grundprinzipien und Werkzeuge der GFK Schritt für Schritt praxisnah eingeführt. Die unmittelbare und verblüffende Wirksamkeit von Haltung und Methodik wird an Hand von eigenen Beispielen aus dem beruflichen und privaten Alltag der Teilnehmenden erlebbar gemacht.

### Ziele

**Kommunikationsblockaden** erkennen und damit umgehen lernen.

**Klare Beobachtungen** formulieren anstelle von (Be- und Ab-)Wertungen und Interpretationen - die gemeinsame Basis finden.

**Gefühle** bei sich selbst und anderen wahrnehmen und mit den dahinterliegenden **Bedürfnissen** in Verbindung bringen. **Herausforderungen** jeder Art - insbesondere Beziehungskonflikte - **auf der Bedürfnisebene verstehen lernen**.

**Kraftvolle Lösungs- und Verbindungsbitten** anstelle von Forderungen erarbeiten.

In einer Gruppe Gleichgesinnter **tiefe, einfühlsame Begegnungen erfahren**. Lernen solche Begegnungen **herbeizuführen**. Sich selbst und andere empathisch und zugleich aufrichtig begleiten.

Herzlich willkommen!

Barbara Roshan