

# AUTHENTISCH IN BEZIEHUNG GEHEN GFK IM ALLTAG- VERTIEFUNGSWORKSHOP



MIT **DEBORAH BELLAMY** UND **GABRIELE GRUNT**

15.-17. März 2024

Rosenhof im Waldviertel (bei Gmünd)

**Gewaltfreie Kommunikation ist einfach. Sie in jeder Alltagssituation authentisch parat zu haben, braucht viel Übung! Nimm dir ein Wochenende Zeit für dich, übe mit zwei erfahrenen zertifizierten GFK-Trainerinnen an deinen Alltagsbeispielen - und genieße dabei die Auszeit in der Natur an einem wunderschönen Seminarort mit köstlichem Essen.**



In diesem Seminar üben wir wie du

- klar und kraftvoll Grenzen setzen und Nein sagen
- mit einem „Nein“ anderer Personen wertschätzend umgehen
- Dankbarkeit authentisch ausdrücken
- deinen Ärger vollständig ausdrücken
- herausfinden, was du wirklich möchtest und warum du dich nicht drübertraust
- zugleich fried- und freudvoller mit den Menschen rund um dich zusammenleben und -arbeiten kannst.

Du bringst deine Beispiele aus deiner Arbeit, Familie, Liebesbeziehung und/oder deinem Freundeskreis. Wir bringen unsere langjährige Erfahrung als GFK-Trainerinnen und viele, viele Übungen!



**Beitrag:** € 370 - 980,- (nach Bereitschaft und finanzieller Situation),  
Es fällt keine Umsatzsteuer an nach Kleinunternehmenregelung  
Bei Übernahme d. Kosten durch den/die ArbeitgeberIn: € 550,-  
Bei Finanzierung durch gemeinnützige Vereine u.ä. € 490,-  
plus Kosten für die Unterkunft <https://www.seminar-rosenhof.at>

**Voraussetzung:** Mindestens 2 Tage GFK-Training

**Informationen** [kontakt@echt.info](mailto:kontakt@echt.info), 0650 5367821

**ANMELDUNG AUF [WWW.ECHT.INFO](http://WWW.ECHT.INFO)**