

# Einführungsseminar Gewaltfreie Kommunikation

nach Marshall B. Rosenberg

**verbunden – frei – vielfältig**

Dich mit dir selbst verbinden. Die Vielfalt in dir und anderen entdecken. Die Freiheit und das Leben genießen.

„Jenseits von richtig oder falsch liegt ein Ort. Dort treffen wir uns.“ Rumi

Wir laden dich in die Welt der Gewaltfreien Kommunikation ein. Um uns gemeinsam darin zu üben, mit uns selbst und anderen authentisch in Kontakt zu treten und aus der eigenen Klarheit heraus zu kommunizieren.

## INHALTE

- Verständnis für mich selbst und andere entwickeln
- Bewertungen und Urteile von Beobachtungen unterscheiden
- Gefühle als Wegweiser erkennen
- Auf die Suche nach Bedürfnissen begeben
- Authentischer Selbstausdruck
- Klare Bitten formulieren, die mein Leben und das Leben anderer bereichern
- Eigene Freiheit in der Vielfalt der Handlungsmöglichkeiten entdecken

## SEMINARORT

**„Wahrhaft Yoga“**

Hans-Sachs-Gasse 12, 8010 Graz

## TERMINE

**25. + 26.05.2024**

Sa 10:00 – 18:00 Uhr, So 10:00 – 13:00 Uhr  
oder

**18. + 19.10.2024**

Fr 17:00 – 20:00 Uhr, Sa 10:00 – 18:00 Uhr

## LEITUNG

**Katharina Tappauf** Kommunikationstrainerin, Juristin  
**Susanne Farkas** Kommunikationstrainerin, Sozialpädagogin,  
Spirituelle Aufstellungsarbeit

## ANMELDUNG UND INFOS

[su.fa@gmx.at](mailto:su.fa@gmx.at); 0699 19144820

## SEMINARBEITRAG

€120 – € 240 (je nach Selbsteinschätzung\*)

*\*Was bedeutet Selbsteinschätzung? Wähle einen Betrag, der für dich gerade – je nach momentaner Lebenssituation – stimmig ist und mit dem du dich wohl fühlst.*