



Thema: Gewaltfreie Kommunikation (nach Rosenberg)

VA-Nr.: K 010.45/23-02

Bereich: Amtsübergreifende Fortbildungen

Weil wir es so gelernt haben, denken und sprechen wir im privaten und beruflichen Leben immer wieder in Urteilen, Vorwürfen und Forderungen. Wir betrachten unsere Art zu sprechen vielleicht nicht als gewalttätig, trotzdem führen unsere Worte oft zu Verletzungen - bei uns selbst und anderen.

GFK eröffnet uns Wege, klar auszudrücken, was wir brauchen und wollen, das aber auf faire Art und Weise für alle. Diese Art zu kommunizieren lenkt die Aufmerksamkeit auf Gefühle und Bedürfnisse und im Weiteren auf konkret umsetzbare Schritte zur Veränderung.

Wir können lernen: offen die eigene Meinung zu sagen und Grenzen zu setzen - ohne uns zu verbiegen oder Druck auszuüben, die tiefer liegenden Ursachen von Konflikten bei uns selbst und anderen zu erkennen, Beziehungen zu verbessern, konkrete Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln.

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die ihr Kommunikationsverhalten und ihre Beziehungen grundsätzlich verbessern wollen. Neben kurzen, klaren Theorieinputs wird es viel Raum für vielfältige praktische Übungen geben.

Dozent:

Herr Joachim Grzescik, Mehrfach zertifizierter Coach, Berater, Dozent, Referent und Trainer seit über 25 Jahren

Arbeitsmittel:

Diese werden Ihnen gestellt.

Datum: 27.09.2023 - 28.09.2023 **Zeit:** 9:00 - 16:00 Uhr

Seminarort: SIKOSA e. V., Standort Halle
Hansering 19
06108 Halle
Raum: Raum siehe Aushang

Veranstalter: SIKOSA e.V.
Katrín Wille
0391 56540-31

Preis Mitglieder: 225 Euro

Preis Nichtmitglieder: 345 Euro