

2-Tages-Seminar

Einführung in die Empathische / Gewaltfreie Kommunikation

(nach Marshall B. Rosenberg)

Wäre es nicht schön, schwierige Themen anderen Menschen gegenüber so anzusprechen, dass sie annehmbar werden? Und wäre es nicht befreiend, Angriffe oder Vorwürfe von anderen nicht mehr persönlich zu nehmen, sondern ihre Not hören zu können? Und wäre es nicht toll, wenn wir unsere Werte im Einklang mit den Werten der Menschen um uns herum leben und erfüllen könnten?



Was utopisch klingt ist mit einer anderen / neuen Sprache durchaus machbar - es ist die empathische / gewaltfreie Kommunikation. Ihr lernt in den beiden Einführungstagen:

Inhalte:

- Grundsätze und Haltung der Empathischen / Gewaltfreien Kommunikation
- Sachliche und emotionale Gesprächsanteile
- Be-Urteilungen, Be-Wertungen, Interpretationen und Bedürfnisse erkennen
- Eigene Anliegen empathisch mitteilen
- Gehörte Angriffe oder Vorwürfe in Bedürfnisse übersetzen
- Im Gespräch einen Konsens finden, mit dem beide Seiten zufrieden sind

Termine 2019 / 2020

03. + 04. Dezember 2019 von 09:00 – 17:00

15. + 16. Juni 2020 von 09:00 – 17:00

Dozentin: Eva Weiss-Trinkler

Investition:

SFr. 650,- inkl. Seminar-Unterlagen (zuzügl. Verpflegung vor Ort)

Mir ist es wichtig, dieses Seminar allen Menschen zugänglich zu machen - unabhängig der finanziellen Möglichkeiten. So biete ich das Seminar nach Bedarf für einen reduzierten Betrag an, welcher für den / die Teilnehmende möglich ist! Habt Mut und sprecht mich an.

Ort / Teilnehmerzahl: Zug / Kleingruppe von 6 – 10 Teilnehmenden

Anmeldung über: www.tri-education.ch / eva.weiss-trinkler@tri-education.ch

Weitere Möglichkeiten:

Alle Teilnehmenden, die einen Einführungsworkshop der Empathischen / Gewaltfreien Kommunikation belegt haben, können an den regelmässigen Übungsabenden in Zug teilnehmen, um die GfK zu üben und zu vertiefen.

Ausserdem gibt es 1-tägige Vertiefungsseminare, um bestimmte Themen zu vertiefen (z. Bsp: Empathisch Nein-Sagen, Empathisch Unterbrechen, Empathisch für sich selbst eintreten, Umgang mit Ärger und Wut, Konflikte empathisch lösen etc)