

# **Gewaltfreie Kommunikation**

## **– eine Sprache des Lebens**

*nach M.B. Rosenberg*

Gewaltfreie Kommunikation (GfK) ist Yoga in der Kommunikation und bringt uns mit der inneren Kraft und der Schönheit von uns Menschen in Verbindung:

- **Konflikte authentisch und konstruktiv lösen**
- **Sprachlosigkeit beenden**
- **Eskalationen rechtzeitig erkennen und stoppen**
- **Wut- und Schuldgefühle in Selbstsicherheit verwandeln**
- **alte Konflikte und Verletzungen heilen**
- **die Schönheit in uns Menschen sehen**
- **das Leben gestalten**

**Für:** Väter, Mütter, (Ehe-) Partner, Lehrer, Politiker, Unternehmer, Juristen, Ärzte, Therapeuten, ...

**Inhalt/Methodik:** Einführung in das 4-Schritte-Modell der GfK, erkennen wie Konflikte entstehen und konstruktiv genutzt werden können, Empathie für mich und andere, vollständig zuhören, ... Wertschätzung. Im Seminar wechseln Theorie, spielerische und praktische Übungen miteinander ab. Wir betrachten Konfliktsituationen aus dem Alltag und gewinnen Einsichten in neue Lösungswege. Die Arbeitsweise ist prozessorientiert.

**Termin:**

- Sa., 14.01.12 von 9:30 - 17:00 Uhr bis So., 15.01.2012 von 9:30 - 16:00 Uhr

**Ort:** Yogazentrum Chemnitz, Ritterstr. 9, 09111 Chemnitz

**Seminargebühr:** 160 € (Vergünstigungen siehe Website)

**Seminarleiter:** Roland Eggert, geb. 1954,  
Dipl. Sozialpäd. (FH), Familientherapeut (SG),  
Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, Familienaufstellungen, Coaching, Beratung, Supervision

**Anmeldung/Anschrift:**

R. Eggert, Am Stadtpark 39, 99096 Erfurt  
Tel.: 0361/3418845, E-Mail: [info@roland-eggert.de](mailto:info@roland-eggert.de)  
Weitere Informationen und Anmeldung unter

