

Grundlagenseminar in Dresden

# **Gewaltfreie Kommunikation**

## **- eine Sprache des Lebens**

*nach M.B. Rosenberg*

Konflikte gehören zu unserem beruflichen und privaten Alltag. Dabei frustrieren vor allem die unterschwelligsten bzw. stagnierenden Konflikte. Das 4-Schritte-Modell der Gewaltfreien Kommunikation hilft uns, Konflikte von Grund auf zu verstehen und

- **eine Kommunikation mit Kopf, Herz und Bauch umzusetzen,**
- **in Konfliktsituationen authentisch und konstruktiv zu sein,**
- **Widerstände und Vorwürfe als Beziehungsangebot zu nutzen,**
- **echt zu sein, statt nett zu sein**
- **Wut- und Schuldgefühle in Selbstsicherheit umzuwandeln,**
- **die Schönheit in uns Menschen zu sehen.**

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

**Inhalt:** Einführung in die Haltung und in das 4-Schritte-Modell der GfK, vollständig zuhören, Respekt *und* Verständnis schaffen, Empathie für mich und für andere, 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., 19.05. von 9:30 - 17:30 bis So., 20.05.2012 von 9:30 - 16:00 Uhr

**Ort:** Yogahaus Dresden, Löschwitzer Str. 7, 01309 Dresden

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

**Seminarleiter:** Roland Eggert, geb. 1954,  
Dipl. Sozialpäd. (FH), Familientherapeut (SG),  
Trainer für Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg,  
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)



**[www.roland-eggert.de](http://www.roland-eggert.de)**