



Grundlagenseminare in Erfurt

Gewaltfreie Kommunikation

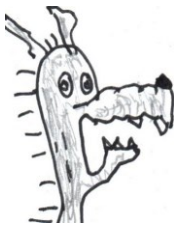
- die Sprache des Lebens

nach M. Rosenberg

Konflikte gehören zu unserem beruflichen und privaten Alltag und fördern unsere Weiterentwicklung, wenn wir sie verstehen und lösen können. Das Modell der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) zeigt uns, wie das geht. Das Grundlagenseminar vermittelt Ihnen dafür Einblicke in das Potential der GFK. Durch die praktischen Erfahrungen im Seminar erweitern Sie Ihre Wahrnehmungs- und Handlungskompetenzen:

- **Konflikte authentisch und konstruktiv lösen**
- **hinter Vorwürfen das Beziehungsangebot hören und nutzen**
- **Deeskalation von Konflikten**
- **Nein sagen, ohne Angst vor Beziehungsstress**
- **Autonomie – Selbstvertrauen, in sich selbst zu Hause sein**
- **kommunizieren mit Herz und Verstand**

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



Inhalt/Methodik: Einführung in die Haltung und in die 4-Schritte der GFK, Empathie für mich und für andere, die Kunst des Zuhörens, Selbstachtung, 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.



Termine: Mo./Di., 01./02.02.21, Do./Fr./Sa., 03.06. – 05.06.21,
Mo./Di., 20./21.09.21, Fr./Sa./So., 29.10. – 31.10.21

Uhrzeiten: Mo./Di.: 9:00 – 16:30, Do./Fr./Sa.: 9:00 bis 17:00, 3 Tag: 9:00 bis 15:30 Uhr
Ein 3-Tagesseminar hat einen größeren praktischen Übungsanteil, als ein 2-Tagesseminar und ist somit nachhaltiger.

Seminargebühr: 2 Tage = 180 €, 3 Tage = 245 €

Ort: 99084 Erfurt, Trommsdorffstr. 29, Bildungshaus "St. Ursula"

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



Anmeldung/Anschrift:

Roland Eggert, Am Stadtpark 39, 99096 Erfurt
Tel.: 0361/3418845, e-Mail: info@roland-eggert.de
weitere Informationen und Anmeldung unter

www.roland-eggert.de



Bildungsurlaub nehmen! Die Seminare sind nach dem Thüringer Bildungsfreistellungsgesetz als Bildungsurlaub anerkannt!