

Workshop Persönlichkeitsentwicklung und Kommunikationstraining

Authentisch, fair und kooperativ miteinander reden und agieren

- eine kompakte Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation und Üben an persönlichen Beispielen
- anwendbar im Beruf (Gespräche mit Mitarbeitern, Vorgesetzten und Kollegen) oder privat (in der Familie, im Freundeskreis, mit Nachbarn)



Wer kennt das nicht: ein Problem taucht auf und man redet darüber, nach dem Gespräch läuft es (etwas) besser, doch leider nur vorübergehend. Dann ist das Problem zurück, die Situation hoffnungsloser als zuvor und man geht sich aus dem Weg oder sogar im Streit auseinander. Also besser nicht darüber reden? Dann aber nimmt die Unzufriedenheit im eigenen Inneren zu und ich bin mit mir selbst „im Clinch“. Das kann es doch wirklich auch nicht sein!

Wie komme ich klar mit Ärger, Enttäuschung und Frust? Wie kann es mir gelingen, mich authentisch mitzuteilen ohne die Situation zu verschlimmern? Was kann ich tun, damit mein Gegenüber und ich uns wirklich verstehen, wir uns akzeptieren, gut kooperieren und wir zu nachhaltigen Lösungen kommen?

Die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg (GFK) unterstützt auf einzigartige und bereichernde Weise, in Kontakt mit sich selbst und anderen zu kommen. Mit ihrer Hilfe gelingen achtsame und konstruktive Gespräche, sich gegenseitig fördernde Beziehungen und produktive Zusammenarbeit.

Durch Impulsreferate, Übungen zu Situationen aus Ihrem beruflichen oder privaten Alltag in kleinen Gruppen und gemeinsamer Reflexion werden die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation vermittelt. Sie gewinnen praktische Erfahrungen, erarbeiten Lösungsmöglichkeiten und entwickeln ihre Kommunikationskompetenz weiter. Dabei werden Sie durch den Trainer achtsam und intensiv unterstützt.

Dieses Training ist sowohl für Menschen geeignet, die die Gewaltfreie Kommunikation kennenlernen möchten, als auch für Menschen, die bereits Erfahrungen darin sammeln konnten und diese entweder vertiefen oder mit Unterstützung an eigenen Situationen weiter üben wollen. Über diese Einführungstage hinaus kann es bei Interesse die Möglichkeit geben, in einer fortlaufenden Übungsgruppe die eigene Kompetenz weiter zu entfalten und gemeinsam an kritischen Situationen des Lebens zu lernen.

Workshop 1:

Freitag 18.10.2019, 19.30 Uhr bis 21:30 Uhr

Samstag 19.10.2019, 10 Uhr bis 16 Uhr

Workshop 2 (Wiederholung):

Freitag 15.11.2019, 19.30 Uhr bis 21:30 Uhr

Samstag 16.10.2019, 10 Uhr bis 16 Uhr

Ort: Gemeindezentrum Ziegenhain, Zur Schanze 14, 34613 Schwalmstadt

Organisation und Anmeldung: Heike Herrling, Mediatorin, 34613 Schwalmstadt, Mobil 01 57 82 59 80 03
Anmeldungen an: mediation-schwalmstadt@web.de

Kosten: Ein Workshop kostet 76,- € pro Person. Eine Anmeldung ist verbindlich, wenn 20,- € auf das Konto überwiesen wurden. Bei einer Absage nach dem 02.10. (für Workshop 1) bzw. 30.10.2019 (für Workshop 2) wird der Anmeldebetrag von 20,-€ als Stornogebühr einbehalten und nicht mehr zurückgezahlt.

Konto: Nikolaus Weitzel IBAN: DE29 5009 0500 0001 6576 18 • BIC: GENODEF1S12

Seminarleitung: Dipl.-Ing. Nikolaus Weitzel - KonsensVermittler

hat bereits 1997 während seiner Mediationsausbildung an einer umfangreichen Ausbildung in der Gewaltfreien Kommunikation teilgenommen und ist freiberuflich als Mediator, Trainer, Ausbilder und systemischer

Organisationsberater tätig. Kontakt: nikolaus@weitzel-mediation.de • Tel.: 0561/3 169 279 • Mobil: 0151 2540 3870