



Raus aus alten Schuhen!

Gefühle und Bedürfnisse neu ausdrücken!

Sprachgewohnheiten verändern!

Einführung- und Vertiefung

in die „Gewaltfreie Kommunikation“

(nach Marshall B. Rosenberg)

am 7. / 8. November 2008 in Mattsee

Der Prozess der „Gewaltfreien Kommunikation“ ist eine Methode, mit Hilfe derer wir fähiger werden, unsere Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken, ohne andere zu beschuldigen oder zu bewerten. Wir formulieren klare Bitten, ohne zu drohen und zu manipulieren. Kritische und feindselige Aussagen von anderen nehmen wir nicht persönlich, sondern nehmen wahr, dass hinter solchen Mitteilungen unausgesprochene Gefühle und Bedürfnisse der anderen stehen. Gerade im Umgang mit unseren Kindern ist das aufrichtige Aussprechen unserer Gefühle und Bedürfnisse besonders wichtig – einerseits, damit wir auch unseren Freiraum bekommen und andererseits damit wir den Kindern nicht die Verantwortung für unsere Gefühle und Bedürfnisse aufbürden!

Mehr Lebensfreude, besser verstanden zu werden, hören, was der andere uns wirklich sagen will, Konflikte kooperativ lösen und nicht unter den Teppich kehren...dies sind die Ziele, die wir in diesem Seminar zusammen erreichen möchten.

**Kursleitung +
Anmeldung**

Peter Signer, Wien

Ich arbeite nach der „Gewaltfreien Kommunikation“ die von Marshall B. Rosenberg entwickelt wurde und nach der „Dynamischen Urteilsbildung“ von Lex Bos.

Freitag	7. November 2008	14.30 - 20.00 Uhr
Samstag	8. November 2008	10.00 – 16.00 Uhr

Investition

€ 195.--

Ort

Vlip, Kindergarten, Fischeing 6 in Mattsee

Literaturempfehlung: „Gewaltfreie Kommunikation“ Marshall B. Rosenberg in jeder Buchhandlung erhältlich.

Training / Seminare + Einzelberatung
Peter Signer, Lehargasse 3a/9, A-1060 Wien, Tel. +43 650 2642 716
email: peter.signer@yahoo.de www.biographiegestaltung.info