

Unser Kopf ist rund, damit das Denken
die Richtung wechseln kann.

(Francis Picabia (1879 – 1953))

hartmanncoaching
Coaching & Mediation

Übungsabend „Gewaltfreie Kommunikation“ (nach M. Rosenberg)

„Was ich in meinem Leben will, ist Einfühlsamkeit, ein Fluss zwischen mir und anderen, der auf gegenseitigem Geben von Herzen beruht.“ – Marshall B. Rosenberg

Das ist leichter gesagt als getan.

„Gewaltfrei zu kommunizieren“ bedeutet im Alltag, mich in einer Kommunikations-situation so zu verhalten, dass es *mir und den Anderen gut geht*.

Diese Haltung der „GFK“ kann man sich erarbeiten.

Dazu dient der

„Übungsabend Gewaltfreie Kommunikation“,
der an jedem 1. Dienstag im Monat von 18:30 - 21:00 h
von hartmanncoaching, Berlin,
in Kooperation mit MediationsZentrum Berlin e. V.
angeboten wird.

Übungsleiter ist: Günter Hartmann, Coach & Mediator, Berlin

Mitglied im Fachverband GFK e. V.



Geübt wird vorwiegend mit dem, was Teilnehmer mit- und einbringen (Anliegen). Sollten keine aktuellen Anliegen eingebracht werden, werden Übungen zur GFK angeboten. Vorkenntnisse der GFK sind wünschenswert aber nicht Bedingung.

Die Teilnahme kostet **15,00 €/Abend** und Teilnehmer (darin sind 19% MwSt. enthalten).

Standard-Ablauf eines Übungsabends:

18:30 h Ankommen, Anmelden der Anliegen der Teilnehmer

19:00 h Begrüßung und kurze Einführung in den Übungsabend

Bearbeiten von Anliegen I

(es können pro Abend max. 3 Anliegen bearbeitet werden)

20:00 h Pause

20:15 h Bearbeiten von Anliegen II

20:50 h Feedbackrunde

21:00 h Ende des Übungsabends

Die Übungsabende **stehen jedem Menschen**, der „Gewaltfreie Kommunikation“ trainieren möchte, **offen**. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Der **Veranstaltungsort** für alle Termine ist das MediationsZentrum Berlin e. V., Dennewitzstr. 34, 10783 Berlin.



Kontakt: E-Mail: g.hartmann@hartmanncoaching.de | Telefon: 0171-8 41 80 26

Stand: V. 1.3 0117 | Änderungen vorbehalten!

1/1

Dieser Flyer kann gerne gedruckt oder als PDF weiterverbreitet werden.