

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 die jeweiligen Teilnehmer_innen 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: g.hartmann@hartmanncoaching.de | Telefon: 0171-8 41 80 26

Stand: V. 2.0 0717 | Änderungen vorbehalten!

1/1

Dieser Flyer kann gerne gedruckt oder als PDF weiterverbreitet werden.

Sollte ich einen Termin nicht wahrnehmen können, steht das vorher auf meiner Website.

Schauen Sie dort noch einmal nach, bevor Sie losgehen. So stehen Sie nie vor verschlossenen Türen.