

Birgit Rosenthal



vermittelt Rosenbergs

„Gewaltfreie Kommunikation“

vom Kopfkinno zur Klarheit
Wissen was mir wichtig ist - Hören was Dir wichtig ist

Basis Seminar

live

**Samstag: 19.11.2022 im Freizeitheim
Döhren
11 h – 15 h**

online

**Samstag: 26.11.2022
von 10h bis 13.30h**

online

**Samstag: 14.01.2023
10h bis 13.30
Gebühr: jeweils 35 Euro**



Dieser Workshop ist ein Einstieg in die Gewaltfreie Kommunikation und richtet sich an die Menschen, die Gewaltfreie Kommunikation

kennen lernen möchten, um danach in eine Übungsgruppe zu gehen, um das Wissen zu üben und zu vertiefen.

Wir lernen jeden einzelnen Schritt, der 4-Schritte Methode nach M.B. Rosenberg, anhand effektiver Übungen kennen. Mit diesem Floß, wie Rosenberg die „4-Schritte“ selbst genannt hat, können wir vom Ufer der Urteile, Kritik und Schuld, vom „soll und muss“, vom „richtig und falsch“, übersetzten zum Ufer der Einfühlung, des Selbstausdrucks und der Zufriedenheit. Dadurch sehen wir viele Möglichkeiten, in der Verbindung mit uns selbst und mit unseren Mitmenschen zu kommunizieren. Plötzlich zeigen sich neue Sichtweisen und Wege, zu einem glücklichen zufriedenen Miteinander.

Kontakt: Tel.0170-3224092, Mail: rosenthal-birgit@web.de
www.rosenthal-birgit.de

