



Grundlagenseminar in Erfurt – 2 Tage

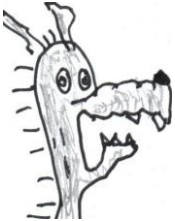
# **Gewaltfreie Kommunikation** **- die Sprache des Lebens**

*nach M. Rosenberg*

Konflikte gehören zu unserem beruflichen und privaten Alltag. Dabei frustrieren vor allem die unterschwelligen bzw. stagnierenden Konflikte. Das Grundlagenseminar vermittelt Ihnen Einblicke in das unerschöpfliche Potential der Gewaltfreien Kommunikation (GFK). Durch die praktischen Erfahrungen im Seminar erweitern Sie Ihre Wahrnehmungs- und Handlungskompetenzen:

- **Konflikte authentisch und konstruktiv lösen**
- **hinter Vorwürfen das Beziehungsangebot hören und nutzen**
- **Deeskalation von Konflikten**
- **Rückmeldungen geben, ohne Angst vor Beziehungsstress**
- **Autonomie – Selbstvertrauen, in sich selbst zu Hause sein**
- **kommunizieren mit Herz und Verstand**
- **der Liebe mehr Raum geben**

**Für:** Väter, Mütter, (Ehe-) Partner, Lehrer, Politiker, Unternehmer, Juristen, Ärzte, Therapeuten, ...



**Inhalt/Methodik:** Einführung in die Haltung und in die 4-Schritte der GFK, Empathie für mich und für andere, Konflikte lösen, die Kunst des Zuhörens, Selbstachtung, .... Im Seminar wechseln Theorie, spielerische und praktische Übungen miteinander ab. Wir betrachten Konfliktsituationen aus dem Alltag und gewinnen Ein-sichten in neue Lösungswege. Die Arbeitsweise ist prozessorien-tiert. Ein Seminar mit besonders vielen praktischen Übungen!



**Termin:** Di./Mi., 04./05.02.2020

**Uhrzeit:** Jeweils von 9:00 bis 16:30 Uhr

**Seminargebühr:** 180 €

**Ort:** 99084 Erfurt, Trommsdorffstr. 29, Bildungshaus "St. Ursula"  
Übernachtungsmöglichkeit im Haus, Tel.: 0361/601140

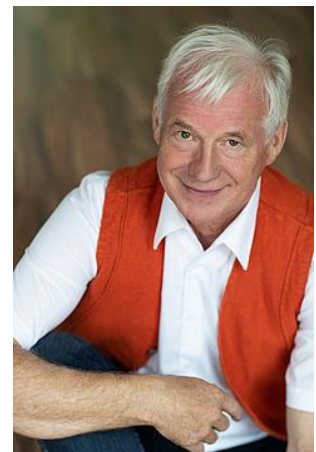
**Seminarleiter:** Roland Eggert, geb. 1954,  
Dipl. Sozialpäd. (FH), Familientherapeut (SG),  
Trainer Fachverband Gewaltfreie Kommunika-tion, Coaching, Beratung, Supervision



**Anmeldung/Anschrift:**

Roland Eggert, Am Stadtpark 39, 99096 Erfurt  
Tel.: 0361/3418845, e-Mail: [info@roland-eggert.de](mailto:info@roland-eggert.de)  
weitere Informationen und Anmeldung unter

[www.roland-eggert.de](http://www.roland-eggert.de)



**Hinweis:** Das Seminar wird vom Fachverband Gewaltfreie Kommunikation für eine eigene Ausbildung zum Trainer für Gewaltfreie Kommunikation anerkannt.

**Beantragen Sie auch die staatl. Bildungsprämie und Bildungsurlaub!**