



SEMINAR

Sa 4. April 2020 | Magdeburg

Gewaltfreie Kommunikation

Eine Einführung

„Worte können Fenster oder Mauern sein.“
R. Bebermeyer

EVANGELISCHE KIRCHE IN MITTELDEUTSCHLAND

Gewaltfreie Kommunikation

*„Wenn wir wirklich gehört werden mit unseren
Gefühlen und Bedürfnissen, ändern wir uns.“*

Marshall Rosenberg

Wir wünschen uns oft Verbindung durch unsere Kommunikation – erreichen aber manches Mal das Gegenteil...

Die Einführung in gewaltfreie Kommunikation wendet sich an alle, die bewusster kommunizieren möchten, die eine Sprache suchen, die Empathie und Authentizität widerspiegelt – eine Art der Kommunikation, in der es um wirkliches Verstehen und Verstanden-Werden geht.

Wir stellen die Methode des amerikanischen Psychotherapeuten Marshall Rosenberg vor und üben ein, uns der trennenden Sprache (Urteile, Vorwürfe, Verallgemeinerungen, Forderungen...) bewusst zu werden – und ebenso der „Schönheit der Bedürfnisse“, die eigentlich dahinter stehen. Durch den Fokus auf Gefühle und Bedürfnisse entsteht ein Raum der Empathie, in dem wir uns selbst und andere tiefer verstehen können.

Die Einführung richtet sich an alle, die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) kennen lernen wollen und die noch keine Vorkenntnisse oder Vorerfahrungen haben.

Referentin: Regina Bernhard, GfK-Trainerin
(Wernigerode)

Termin: Sa 4. April 2020 | 10 – 16 Uhr

Ort: EEB Sachsen-Anhalt
Bügelstr. 1, Magdeburg

Kosten: 20,00 € (inkl. Imbiss)
Das Mittagessen wird individuell eingenommen und ist nicht im Preis enthalten.

Anmeldung: Bei Interesse melden Sie sich bitte bis zum **24. März 2020** schriftlich an bei Christine Nitschke, eeb-lsa@ekmd.de.

Evangelische Erwachsenenbildung Sachsen-Anhalt
Bügelstr. 1 | 39104 Magdeburg | Telefon 0391.598 022 68
eeb-lsa@ekmd.de | www.eeblsa.de