

Informationen

Seminarleitung: Sabine Fiedel

Termine: Mittw., 28.04./12.05./26.05./09.06. & 23.06.2010

jeweils von 19.00 - 21.30 Uhr

Ort: Bonn - Duisdorf

Kosten: 100 Euro (Ermäßigung auf Anfrage möglich)

Kurs-Nr.:103025

Anmeldeschluss: 18.04.2010

Rücktrittsbedingungen und Stornokosten

Treten Sie vor Anmeldeschluss zurück, entsteht für Sie eine pauschale Aufwandsentschädigung von 12,50 Euro. Treten Sie nach Anmeldeschluss zurück, wird der Gesamtbetrag einbehalten/ nachgefordert. Können Sie eineN ErsatzteilnehmerIn stellen oder wir dieseN von der Warteliste gewinnen, fällt nur die o.g. Bearbeitungsgebühr an. Bei Nichtteilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung. Falls wir die Veranstaltung absagen müssen, geben wir Ihnen so früh wie möglich Bescheid und erstatten den Beitrag.

Unsere kompletten AGB stehen auf unserer Homepage für Sie bereit unter: www.umbruch-bildungswerk.de



Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



Email: hallo@umbruch-bildungswerk.de
Telefon: 0221.760 99 14 oder
0231.86 33 476

Weitere Angebote mit Sabine Fiedel

Ich fühl' mich so verantwortlich!
Vertiefungsseminar zur Gewaltfreien Kommunikation nach M. Rosenberg für Paare in Rott, 01 & 02-Mai-2010 (Kursnr. 103031)

Verbindung schaffen - Konflikte lösen
Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation in Köln, 10 & 11-Jul-2010 (Kursnr. 103010)

Basisausbildung: Gewaltfreie Kommunikation nach M. B. Rosenberg in Köln, ab Sep-2010 (Kursnr. 103015).

...und sonst noch

The Work of Byron Katie
Einführung in das Konzept *The work* in Köln, 15 & 16-Mai-2010 (Kursnr. 103012)

Bogenschießen als Weg zu mehr Achtsamkeit in Paderborn, 27 & 28-März-2010 (Kursnr. 103027)

Wenn sie nähere Informationen zu unseren Veranstaltungen und Bestellangeboten wünschen, rufen Sie uns an, schreiben Sie uns oder besuchen Sie uns im Internet. Wir sind gerne für Sie da!

UMBRUCH

Bildungswerk für Friedenspolitik und gewaltfreie Veränderung

Braunschweiger Straße 22

44145 Dortmund

(Tel) 0231 - 86 33 465

(Tel) 0231 - 86 33 476

(Fax) 0231 - 81 80 31

eMail: hallo@umbruch-bildungswerk.de

Internet: www.umbruch-bildungswerk.de

Bankverbindung: Sparkasse Dortmund
(BLZ) 440 501 99 | (Konto) 001 079 824

Zweigstelle Köln

Körnerstr. 77-79

50823 Köln

(Tel) 0221-7609914

Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg



Grundkurs/Abendreihe

**Sag' nicht was du denkst -
Sag' was du brauchst**

Bonn, ab dem 28. April 2010

Gewaltfreie Kommunikation nach M. B. Rosenberg: Sag' nicht was Du denkst - Sag' was Du brauchst

Kennen Sie das?

Der Sohn motzt, die Partnerin macht Vorwürfe, die Chefin braust auf, in Besprechungen können Sie sich nicht durchsetzen. - Wie reagieren Sie?

Und was tun Sie, wenn Sie selber unzufrieden oder frustriert sind?

Wer von Ihnen verliert nicht auch gelegentlich die Nerven und greift auf Drohungen, Vorwürfe oder Abwertung zurück?

Wir wenden uns an alle Menschen, die ihren Kommunikationsstil in ihren privaten oder beruflichen Beziehungen näher beleuchten und möglicherweise verändern wollen.

In diesem Grundkurs können Sie sich Schritt für Schritt mit den Grundlagen der *Gewaltfreien Kommunikation*® (GFK) vertraut machen.

Wissensvermittlung, Gespräche und kleine Partnerübungen wechseln sich ab, so dass Sie für die Praxis lernen.

Zeit, die sich für Sie lohnt

Sie werden die *Gewaltfreie Kommunikation*® in ihren vier wesentlichen Elementen kennen lernen und anhand praktischer Beispiele aus Ihrem Lebens- und Berufsalltag entdecken,

- dass es sinnvoller ist, Fakten zu beschreiben, statt moralisch zu urteilen und zu schimpfen

- dass es spannender ist, seinen Gefühlen und Bedürfnissen auf den Grund zu gehen, statt sich zu verteidigen oder andere zu beschuldigen
- und dass es Erfolg versprechender ist, Wünsche und Bitten zu äußern, statt zu fordern, zu drohen oder zu manipulieren.

Die *Gewaltfreie Kommunikation*® wurde von dem international gefragten Konfliktmediator Marshall B. Rosenberg entwickelt und bewährt sich seit ca. 30 Jahren als wirksames Instrument für eine friedfertige Lösung von Konflikten in persönlichen, beruflichen und politischen Kontexten weltweit.

Sie erfahren...

- Wie Sie aus alten Gesprächsmustern aussteigen können
- Wie Sie sich aufrichtig und ehrlich ausdrücken, ohne den anderen zu verletzen
- Wie Sie hinter den Worten Ihres Gegenübers dessen Bedürfnisse erkennen können
- Wie Sie Ihre Beziehungen mit Wertschätzung gestalten können

Die 5 Abende im Einzelnen:

1. Von Herzen geben und nehmen
2. Erschwerende Formen der Kommunikation erkennen
3. Beobachtung von Bewertung trennen
4. Gefühle wahrnehmen und ausdrücken
5. Verantwortung übernehmen für

Ihre Trainerin



Sabine Fiedel

- seit 11 Jahren Trainerin und Coach für wertschätzende Kommunikation
- seit 6 Jahren Spezialisierung in Gewaltfreier Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg
- Staatsexamen in Germanistik und Geschichte
- seit 21 Jahren Mutter

„Ich lerne, erlebe und lehre, wie wir einander mit wertschätzender Kommunikation begegnen und unsere Beziehungen versöhnlich vertiefen können.“

Kontakt:

Sabine Fiedel
Tel. Nr.: 0228 - 797379
www.sabine-fiedel-gfk.de

Literaturhinweis

Marshall B. Rosenberg,
Gewaltfreie Kommunikation.
Aufrichtig und einfühlsam miteinander sprechen.
Junfermann Verlag ISBN 3-87387-454-7

Weitere Informationen finden Sie auch unter:
www.gewaltfrei.de