

"Von Mir - zu Dir - zum Wir!"

Seminarreihe 3 Vertiefungstage in Gewaltfreier Kommunikation

"Ich steh' zu mir!"

**Sonntag, 15. April 2012 10.00 bis 17.00h
in Bonn**

"Empathie - aber wie?"

**Donnerstag, 17. Mai 2012 10.00 bis 17.00h
in Bonn**

"Mensch, ärger' Dich nicht!"

**Samstag 30. Juni 2012 10.00 bis 17.00h
in Köln**



Das sind die 3 Themen für je einen Vertiefungstag in GFK im Abstand von ca. 6 Wochen, die zusammen als Seminarreihe gebucht werden können oder einzeln - je nach Interesse.

Eine Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation wird als Voraussetzung erbeten, damit wir darauf aufbauen können.

Seminarbeitrag:

230€ bei Gesamtzahlung bis 31.3.2012

90€ bei Einzelbuchung

Dies ist ein Angebot in Kooperation mit dem Bildungswerk Umbruch/wdöff in Bonn.

Anfragen, schriftliche Anmeldung und Beitrag an:

Sabine Fiedel, 0228-797379, www.sabine-fiedel-gfk.de, sab.fiedel@gmx.de

Postbank Köln BLZ 37010050 Kto 534461500

Rücktrittsbedingungen: Bei Rücktritt bis 2 Wochen vor Seminarbeginn fällt eine Bearbeitungsgebühr von 30 € an. Bei späterem Rücktritt wird der ganze Beitrag fällig, es sei denn, es wird eine Ersatzperson gefunden.

Kurzbeschreibung der einzelnen Tage:



"Ich steh' zu mir!"

Sonntag, 15. April 2012 - 10.00 bis 17.00 Uhr

Ein Tag für Selbstempathie:

"Das hätte mir nie passieren dürfen - wie peinlich!"

So oder ähnlich klingen manche Selbstvorwürfe. Statt uns selber fertig zu machen, hören wir dem inneren Kritiker empathisch zu und nutzen seine Botschaften für persönliches Wachstum, um in die Kraft und Energie für authentisches Handeln zu kommen.

Ort: 53123 Bonn, Billrothstr. 10

Einzelbeitrag: 90€

"Empathie - aber wie?"

Donnerstag (Himmelfahrt), 17. Mai 2012 - 10.00 bis 17.00 Uhr

Ein Tag für Empathie:

Zur Verwandlung von Urteilen und Bewertungen.

Kritik und Vorwürfe nicht persönlich nehmen, sondern empathisch hören - wie komme ich den Bedürfnissen des anderen auf die Spur?

Und stehe doch authentisch für mich ein?

Ort: 53123 Bonn, Billrothstr. 10

Beitrag: 90€

"Mensch, ärger' Dich nicht"

Samstag, 30. Juni 2012 - 10.00 bis 17.00 Uhr

Ein Tag für Verständigung:

Wir üben, den Ärger zu nutzen, um in Kontakt mit unseren unerfüllten Bedürfnissen zu kommen und sich dafür einzusetzen. Es geht darum, den Dialog zu suchen und in einer Schleife der Verständigung Lösungen zu finden.

Ort: 50667 Köln, Obenmarspforten 7 (in den Räumen des Friedensbildungswerk)

Beitrag: 90€