

Grundlagenseminar auf Basis der **Gewaltfreien Kommunikation** (Dr. Rosenberg)
4. bis 6. November 2022 17:00 Uhr - 17:00 Uhr im kulturkloster altdorf



Weißt Du manchmal nicht, wie Du etwas ansprechen kannst? Ist für Dich teilweise nicht nachvollziehbar, was bei Deinem Gegenüber los ist? Könntest Du aus der Haut fahren oder den Kopf in den Sand stecken, wenn das, was du sagen willst, nicht so ankommt? Die Ruhe zu bewahren, eine wertschätzende Haltung einzunehmen und passende Worte zu finden, ist eine echte Kunst. Egal, ob Dein Gegenüber Kolleg*in, Partner*in oder Kind ist - in schwierigen Situationen reagieren wir häufiger so, dass im Nachhinein Unzufriedenheit herrscht. Hättest Du gerne eine Idee, wie Du das ändern kannst?

Die Gewaltfreie Kommunikation öffnet Dir den Weg zu einem kooperativen Miteinander. Mit eigenen Fallbeispielen aus Deinem privaten und beruflichen Alltag erlernst Du die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation und übst für die Anwendung in der Praxis. Am Ende des Seminars hast Du einen Weg kennengelernt, der Dir hilft:

- empathisch und wertschätzend mit Dir und Deinem Gegenüber zu sein
- klar zu werden, worum es Dir und dem/ der anderen wirklich geht
- Vorwürfe, Kritik und Forderungen nicht persönlich zu nehmen
- Dich offen und ehrlich auszudrücken, ohne andere vor den Kopf zu stoßen
- gelassener mit schwierigen Situationen umzugehen
- auf Augenhöhe zu gehen, um Win-Win-Lösungen zu finden

Dem Seminar liegen ein zutiefst positives Menschenbild und ein hohes Maß an Selbstverantwortung zugrunde: Mitgefühl statt Vorwurf und Kooperation statt Konkurrenz. Ich freu mich auf Dich!

Kursleitung: **Farina Simbeck** - geboren 1975 in Nürnberg, seit 1998 lebe ich in München und arbeite im gesamten deutschsprachigen Raum als Kommunikationstrainerin, Theaterpädagogin, Hypno- und Happinesscoach, habe zwei Jahrzehnte Erfahrung in der Arbeit mit Menschen allen Alters in Weiterbildungs- & Bildungseinrichtungen sowie mittelständischen und Groß-Unternehmen. Aktuell im CNVC-Zertifizierungsprozess. Privat tanze und singe ich leidenschaftlich gerne und bin erfahren als alleinerziehende und Patchwork-Mutter.

Verbindung, Weiterentwicklung und Veränderung im Menschen und im Miteinander anzuregen und zu begleiten ist meine Passion! Dafür setze ich mich mit meinem breit gefächerten Methodenschatz voll und ganz ein - spielerisch, humorvoll und mit viel Herzblut.

Mein Partner **Dominik Burki**, Unternehmer, Schauspieler und Vater, begleitet das Seminar.

Kursort: kulturkloster altdorf - www.kulturkloster.ch
ehemaliges Kapuzinerkloster mit wunderschönem Terrassengarten und Blick in die Berge

Kosten: 330.- bis 390.- (nach Selbsteinschätzung) zzgl. Zwei Übernachtungen mit Vollpension:
Einzelzimmer 280.-/ Doppelzimmer 240.-/ Mehrbettzimmer 220.-

Info: www.institutfuerlebensfreude.de info@institutfuerlebensfreude.de

Du kannst mich gerne bei einem Schnupperwebinar oder einem kostenlosen Erstgespräch kennenlernen!