

Vertiefungsseminare

Die Vertiefungsseminare bieten die Möglichkeit, das Kommunikationsmodell der GFK noch effektiver für sich zu nutzen.

Am Arbeitsplatz

- *Wirksamkeit Ihrer Kommunikation verbessern*
- *hilfreiche Werkzeuge für den Arbeitsalltag*
- *wertschätzende Unternehmenskultur (mit)gestalten*
- *Beziehungskompetenz v. a. im Beruf verbessern*

Sie lernen u. a.:

- *Kritikgespräche führen – Feedback geben*
- *Umgang mit Wut und Ärger*
- *Klare machbare Bitten stellen, NEIN sagen und annehmen*

Souverän im Konflikt – Umgang mit starken Gefühlen

- *Angst vor Konflikten überwinden*
- *die Kraft und das Veränderungspotential nachhaltiger Konfliktlösung entdecken*
- *unterschiedliche Bedürfnisse und Interessen unter einen Hut bekommen*

Sie lernen u. a.:

- *Konfliktdynamik verstehen*
- *selbstsicherer und souveräner mit Konfliktsituationen und Angriffen gegen die eigene oder andere Personen umgehen*
- *Möglichkeiten zu nachhaltiger Konfliktklärung*

Beide Seminare sind in Planung. Bei Interesse schicken Sie mir bitte eine Mail, dann informiere ich Sie umgehend, sobald der Termin feststeht.

Ich unterstütze Menschen dabei, ihre (Arbeits-)Welt zu einem friedlicheren und freudvolleren Ort zu gestalten.

Kerstin König

Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation im Zertifizierungsprozess (Center for Nonviolent Communication), Unternehmerin, Fremdenverkehrsgeografin, NLP Master, Business Coach.

Wie anmelden?

Anmeldung ist möglich bis spätestens zwei Wochen vor dem jeweiligen Termin per E-Mail oder über meine Internetseite www.echt-sein.de.

Der Workshop findet statt mit mindestens 6 Teilnehmern, maximal üben 12 Personen zusammen.



echt sein

Kerstin König
Trier – Mannheim

Tel. 0151-24057886
www.echt-sein.de
kerstin.koenig@echt-sein.de

*sei nicht nett –
sei echt!*



**Ein Workshop für Menschen,
die wertschätzend und wirksam
kommunizieren wollen**

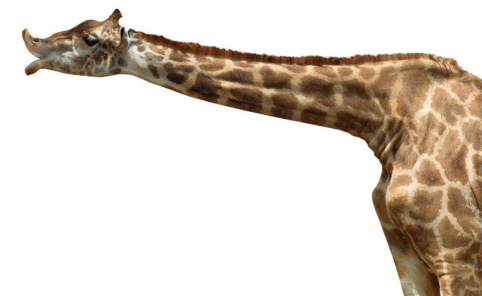
**25. – 26.05.2019
Trier**

Sei nicht nett – sei echt!

Eine Einführung in Gewaltfreie Kommunikation



Der Schlüssel zu allem ist Ihre Kommunikation.
Nach innen und aussen.



Nein sagen fällt dir schwer? So richtig für dich einstehen sowieso und weißt du überhaupt, was du wirklich willst? Meetings und „schwierige“ Gespräche sind ein Alptraum für dich? Wenn du gefragt wirst „Wie fühlst du dich?“ antwortest du mit „gut“ oder „schlecht“, weil du denkst...

Weil du denkst, statt zu fühlen und du bisher noch keine anderen Worte kennst? Und vielleicht auch, weil du bisher noch nicht wusstest, dass ein Raum jenseits von gut und schlecht, von richtig und falsch existiert?

Wertschätzend und wirksam kommunizieren

Gewaltfreie Kommunikation hat ganz und gar nichts damit zu tun, immer lieb und nett zu allen zu sein, Ärger runterzuschlucken und alles weichzuspülen. Es geht vielmehr um klare Unterscheidungen, authentischen Selbstaussdruck, gegenseitiges Hören und die Schönheit der Bedürfnisse.

Wenn dich Beliebigkeit nervt, Small Talk langweilt, Streits und Diskussionen erschöpfen, wenn du dir mehr Wirksamkeit und Leichtigkeit wünschst – dann ist es Zeit Position zu beziehen: In deiner Beziehung, in deinem Job, in deinem Leben.

Die Methode der Gewaltfreien Kommunikation kann dafür ein hilfreiches Werkzeug sein, die Haltung, die dahinter steht, könnte dein Leben verändern.

„Ich erlebe, dass Menschen besser miteinander klar kommen, wenn sie sagen was sie möchten.“

Wir üben in diesem Workshop einzeln und in Kleingruppen (gerne an eigenen Themen):

- **Die 4-Schritte der Gewaltfreien Kommunikation**
- **Selbstklärung und sich konstruktiv und authentisch mitteilen**
- **empathisch zuhören**
- **auch in herausfordernden Situationen im Kontakt und handlungsfähig zu bleiben**
- **alte Reaktionsmuster erkennen und verlassen**

Für

- **mehr Verbindung und Kooperation**
- **Veränderungen und neue Lösungen**
- **nachhaltige Konfliktklärungen**
- **ehrlche und lebendige Beziehungen**
- **persönliche Entwicklung**



Klarheit, Verbindung und Veränderung

Dieser Einsteiger-Workshop ist geeignet für alle, die in einem kompakten 2-Tageskurs die Methoden der Gewaltfreien Kommunikation üben und als Haltung in ihr Leben bringen möchten.

Für Menschen, die ihre Kommunikation verändern wollen und sich Zeit für die eigene Entwicklung gönnen möchten. Keine Vorkenntnisse nötig.

Wann?

Samstag, 25.05. – Sonntag, 26.05.2019
jeweils 09:30 – 17:00 Uhr mit einer Mittagspause

Wo?

In Trier
Der genaue Veranstaltungsort wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Ihre Investition:

190,- € je Teilnehmer