

MIT WERTSCHÄTZENDER KOMMUNIKATION...



Veranstaltung Nummer: 21-HA-EA-IÖ-6

📅 24. und 25.09.2021

🕒 18.00 - 21.00 Uhr und 10.00 - 17.00 Uhr

📍 Osnabrücker Hospiz Akademie
Johannisfreiheit 7
49074 Osnabrück

Weitere Informationen

- > **Dozent/-in:** Claudia Luz
- > **Anzahl Teilnehmende:** max. 12 Personen
- > **Kosten:** 145 € (inkl. Pausengetränke und Mittagsimbiss)
- > **Anmeldeschluss:** 03.09.2021
- > **Zielgruppe:** alle Interessierte, die auch in herausfordernden Situationen in Verbindung mit sich selbst und ihrem Gegenüber bleiben möchten

...DEN BEDÜRFNISSEN AUF DER SPUR

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit der „Wertschätzenden Kommunikation“ oder auch „Gewaltfreien Kommunikation“ (GFK) nach Marshall B. Rosenberg.

Die GFK bietet einen Weg, uns unserer Gefühle und Bedürfnisse bewusst zu werden. Diese Verbindung mit uns selbst kann uns helfen, auch bei unserem Gegenüber herauszufinden, welches Bedürfnis hinter einem vielleicht unerwarteten, irritierenden oder herausfordernden Verhalten oder einem Vorwurf stecken könnte. Wir haben die Möglichkeit, uns achtsam und in einer wertschätzenden und gleichzeitig aufrichtigen Haltung zu begegnen und ins Gespräch zu gehen.

Inhalte: • Grundzüge der GFK kennenlernen • praktisches Üben und Erleben in einer kleinen Gruppe • Erfahrungen mit der Unterscheidung von Beobachtungen und Bewertungen • empathisches Zuhören in Konfliktsituationen



Informationen zur Dozentin finden Sie [hier](#).

