



Kommunikation die verbindet

Vom Konflikt zum echten Dialog

Wie schaffe ich es, in schwierigen Situationen konstruktiv zu kommunizieren - ohne zu explodieren oder zu verstummen? Wie drücke ich klar und verständlich aus, worum es mir geht, ohne andere vor den Kopf zu stoßen? Wie werden gemeinsame Lösungen möglich? Die *Gewaltfreie Kommunikation* von Marshall Rosenberg ist ein einfaches und gleichzeitig sehr wirkungsvolles Modell, um die eigene Kommunikationsfähigkeit zu verbessern.

Themen in diesem Seminar sind u.a.

- Schatzsuche: die eigenen Bedürfnisse erkennen
- Kritik oder Ärger aufrichtig ausdrücken – jenseits von Vorwürfen oder Urteilen
- hinter Urteile oder Schuldzuweisungen schauen
- die Kraft der Empathie - Ärger und Schmerz in Verständnis wandeln
- empathisch zuhören
- durch klare Bitten gemeinsame Lösungen finden

Durch das Üben mit eigenen Beispielen kannst du das Erlernte gleich anwenden und in deinen Alltag integrieren.

Anmeldung bitte über das Anmeldeformular auf der Homepage www.abkona.de

Termin:

26.-27. März 2022,
Sa 9.00-17.00, So 9.00-16.00 Uhr

Ort:

Zentrum beim Kreisel,
St. Gallerstrasse 34a,
9320 Arbon

Beitrag:

300 – 420 CHF Selbsteinschätzung
zzgl. 60 CHF Raumpauschale



www.abkona.de

Kontakt:

D – Edith Albertz
0049-7773-2291089
info@abkona.de

CH – Kerstin Kalisch
0041-774628390

Abkona
Kommunikationstraining
Teamentwicklung · Mediation