



Einführung in Gewaltfreier Kommunikation

Samstag, 11. Jul 2020, 13:00 - 18:00 Uhr

Wochenend-Seminar

Samstag 11. Juli (13.00 - 18.00 Uhr) und Sonntag 12. Juli (9.00 - 18.00 Uhr)

**Stärkt dich die Natur und spürst du eine starke Verbindung zu ihr?
Möchtest du gleichzeitig Gewaltfreie Kommunikation kennenlernen,
erfahren und anwenden? Dann nimm dir die Zeit, um dabei zu sein.**

Gewaltfreie Kommunikation ist eine einfühlsame und aufrichtige Sprache, eine Lebenshaltung, die unterstützt, verbindet und klärt.

Inhalte:

- o Wie will ich ins Leben schauen? (Grundhaltung)
- o 4 Schritte (Beobachtung, Gefühle, Bedürfnisse, Bitte)
- o Klarheit über meine Gefühle und Bedürfnisse
- o Mit mir selbst empathisch sein
- o Aufrichtig und kraftvoll von Herzen sprechen
- o Viele Übungen und Erfahrungsmöglichkeiten mit eigenen Themen

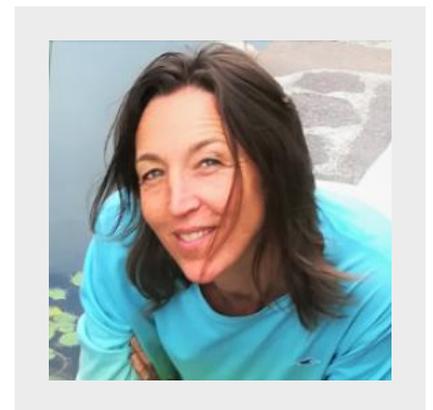
Über mich:

- o Mutter zer Mädchen
- o Lebens- und Sozialberaterin und Pädagogin
- o Trainerin der Gewaltfreien Kommunikation seit 2012
- o Dialogisch systemische Aufstellerin

Anmeldung: (bis 26.06.2020) **Preis:**

Marietta Ahrer
marietta.ahrer@outlook.com
0677 / 61 65 80 83
www.eisenbergerhof.at

€ 190 - € 250
€ 180 - € 250 für LeNa Mitglieder



Marietta Ahrer

