

Fortbildung 2021

Aktiv in Selbsthilfe

SELBSTHILFE

Methoden und Techniken

Gruppenarbeit und Kommunikation



Streiten, aber richtig...

Konfliktbewältigung mit *Gewaltfreie Kommunikation*

AKTUELLER TERMIN

Ort

SEKIS Berlin
Bismarckstr. 101
10625 Berlin

Datum | Zeit

Montag, 29. November 2021 | 15-
19 Uhr

Leitung

Renate Giese
(Kommunikationstrainerin)

Kosten

5 €

Anmeldung

Tel.: 030 890 285 39
E-Mail: fortbildung@sekis-berlin.de
Online: www.sekis.de/fortbildung

Einfühlung in den*die Andere*n und sich selbst ist eine wesentliche Fähigkeit, um eine aggressive Kommunikation zu entschärfen. Durch eine empathische Haltung kann es zu einem echten Kontakt mit dem Anderen kommen und Ärger, Frust und Wut weichen dem Verständnis. Mit Hilfe der vier Schritte des Konzepts der ‚Gewaltfreien Kommunikation‘ nach Marshall Rosenberg können wir auch herausfordernden Situationen begegnen. Ärger hat immer einen lebensbejahenden Kern, den es zu entdecken gilt. Gewaltfreie Kommunikation beruht auf der Annahme, dass jeder Mensch das ihm Mögliche zur Verständigung beiträgt. In der Gruppe arbeiten wir gemeinsam an einer eigenen Beispielsituation.

Nach der gemeinsamen Auswertung besprechen wir Möglichkeiten und Grenzen der Gewaltfreien Kommunikation. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Wir freuen uns auf eure Teilnahme!

Bitte beachtet: An Veranstaltungen in geschlossenen Räumen dürfen nur Personen teilnehmen, die negativ getestet sind. Grundsätzlich gilt weiterhin die Regelung, dass die Vorgabe, negativ getestet zu sein, entfällt, wenn ein Nachweis über eine vollständige Impfung oder eine Genesung nachgewiesen werden kann.