



Gewaltfreie Kommunikation Gewaltfreie Kommunikation Vertiefungstag

Echt sein und mich zeigen, wie ich bin – geht das?

Gewaltfreie Kommunikation – Vertiefungstag zum Thema „Echt sein“

„Endlich ich sein: Wie man mit anderen zusammenleben und gleichzeitig man selbst sein kann.“ *Thomas d’Ansembourg*

Aus verschiedenen Gründen fällt es uns immer wieder schwer, uns mit dem zu zeigen, was in uns lebendig ist. Da gibt es die Befürchtung, der andere könnte sich abgelehnt fühlen, die Angst, sich unbeliebt zu machen oder Unfrieden zu stiften.

Dann lassen wir uns dazu hinreißen, Dinge zu tun, die wir eigentlich gar nicht wollen. Wir sagen JA und fühlen gleichzeitig NEIN. Wir lächeln, obwohl uns zum Heulen zumute ist. Wir halten uns zurück – und fühlen uns eng, klein, traurig, müde, resigniert.

Und dabei ist der Wunsch soo groß, sich ehrlich mitteilen zu können, keine faulen Kompromisse mehr zu machen, für die Dinge einzustehen, die wichtig sind und auch dann noch in Verbindung mit dem Gegenüber zu sein, wenn Du echt bist und Dich mit Deinen Gefühlen und Bedürfnissen zeigst.

An diesem Vertiefungstag lernst Du unter anderem, wie Du leichter „Ja“ zu Dir selbst sagen kannst, „Nein“ zu sagen, wenn Du etwas nicht möchtest, Dich selbst und Deine eigenen Bedürfnisse zu achten, Deine innere Freiheit zu bewahren und für Dich zu sorgen und Wertschätzung und Feedback auszudrücken.

Termin: Dienstag, 26. Juni 2012, 9.30 – 16.30 Uhr (1 Std. Mittagspause)

Ort: Bürgerhaus Einhausen
Friedensstr. 3, 64683 Einhausen

Preis: 99,- Euro

Leitung: Nicole Leipert-Knaup, Zert. Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC)
Monika Weber-Jünge, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation

Anmeldung: bis 17. Juni 2012 unter
info@lebendig.com oder kraftvoll@weber-juenge.de

Teilnahme: Voraussetzung ist ein Einführungskurs in Gewaltfreier Kommunikation

Die Fortbildung kann als Baustein für die Zertifizierung zum Trainer für Gewaltfreie Kommunikation angerechnet werden.

Gewaltfreie Kommunikation – Vertiefungstage

Nicole Leipert-Knaup
64653 Lorsch • Tel. 06251 – 5 67 29
info@lebendig.com • www.lebendig.com



Monika Weber-Jünge
64653 Lorsch • Tel. 06251 – 94 91 950
kraftvoll@weber-juenge.de • www.weber-juenge.de