



# SPIRIT REALM

## BEWUSST SEIN – ERLEBNIS WOCHENENDE Gewaltfreie Kommunikation Workshop

Im Rahmen eines Erlebniswochenendes, veranstaltet von **SPIRIT REALM** in MuttENZ (17./18. Oktober, mit **4 Workshops**) biete ich am Samstag Morgen von 9:30 – 13:00 Uhr eine **Einführung zur wertschätzenden und einfühlsamen Kommunikation** an.

Ich richte mich dabei nach den Ansätzen, Modellen und Methoden von Marshall Rosenberg und der von ihm gelehrtens sog. „Gewaltfreien Kommunikation“ (GFK).

Als Hilfswerkzeuge lernen wir das 4-Ohren Modell und das 4-Schritte Modell kennen und wir üben jeweils zu zweit das Hören und Mitteilen entsprechend der GFK.



Wie stehe ich für meine Bedürfnisse ein, ohne mein Gegenüber zu verletzen?

Im Vordergrund steht nicht andere Menschen zu einem bestimmten Handeln zu bewegen, sondern eine wertschätzende Beziehung zu entwickeln, die mehr Kooperation und gemeinsame Kreativität ermöglicht.

Oliver Osswald  
GFK Trainer für Empathische Kommunikation  
[www.osswald.com](http://www.osswald.com)

Wann: 17. Okt. 2020, 9'30-13 Uhr  
Ort: Oberdorf 7, MuttENZ  
Kosten: Fr. 90.-

Anmeldung: [simone.muttENZ@bluewin.ch](mailto:simone.muttENZ@bluewin.ch) / 079 355 58 02 / [www.spiritrealm.ch](http://www.spiritrealm.ch)