

**Gewaltfreie**

achtsame

einfühlsame

wertschätzende

## Kommunikation

In Verbindung sein mit sich.

In Verbindung sein mit dem Anderen.

Gemeinsam kraftvoll Lösungen gestalten.

Sich ehrlich und aufrichtig in der Einfachheit dessen begegnen,  
was JETZT wirklich IST.

Die Gewaltfreie Kommunikation hilft uns bei der sprachlichen Umgestaltung unseres Ausdrucks.

Sie macht es möglich, hinter Bewertungen zu blicken und uns mit den dahinter stehenden Gefühlen und Bedürfnissen zu verbinden.

Dadurch, dass wir in Verbindung mit unseren eigenen Gefühlen und Bedürfnissen und denen des anderen sind, verwandeln sich Konflikte in bereichernde Begegnungen.

M.B.Rosenberg hat mit der Gewaltfreien Kommunikation ein einfaches, klar strukturiertes Werkzeug geschaffen, mit dessen Hilfe es möglich ist, in einen authentischen, lebendigen Austausch zu gehen.

In herausfordernden Lebenslagen schöpfen wir kraftvoll aus den gemeinsamen Potentialen und machen neue Wege möglich.

An jedem 2. Montag im Monat biete ich im Rosarium (AWO-Altentagesstätte, Berliner Straße 12, 25436 Uetersen) eine Übungsgruppe an.

Ich führe in die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation ein und wir üben an konkreten Beispielen, unseren sprachlichen Ausdruck umzugestalten.

Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Termine 2018: Montag, den 29.Januar, 12.Februar, 12.März, 23.April, 14.Mai, 11.Juni, 9.Juli, 13.August von 18:30-21:30Uhr

Unkostenbeitrag: 10,- €

Anmeldung und Kontakt:

Caren Drognitz

Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation und Familiencoach

04125/9587755 01744813454

[caren.drognitz@yahoo.de](mailto:caren.drognitz@yahoo.de)