

Weitere Infos gibt es bei der Trainerin



Christel Sohnemann

Damerowsweg 5
22081 Hamburg
040 239 34 932
info@sohnemann.net
www.sohnemann.net

Qualifikationen:

Ausbildung in Gewaltfreier Kommunikation seit 2008 bei Susan Skye, Robert Gonzales, Kirsten Kristensen, Gerhard Rothhaupt, Gregg Kendrick, John Kinyon. Ausbildung in Gruppendynamik, Transaktionsanalyse, Konfliktmanagement und in verschiedenen Coaching Ansätzen
Ich arbeite als Trainerin und Coach in der Erwachsenenbildung seit 2006.

Organisatorisches

Seminarort: Goldbekhaus in Hamburg-Winterhude
Moorfuhrweg 9
22301 Hamburg

Zeiten: Samstag, 27.10.2012 von 10.00 - 18.30 Uhr
Sonntag, 28.10.2012 von 10.00 - 16.00 Uhr

Bitte rufen Sie mich an, wenn Sie organisatorische Fragen haben oder eine Anfahrtsbeschreibung wünschen.

Gebühr:

165,- € für Privatzahler; 280,- € für Firmenzahler. Gerne bin ich bereit im Einzelfall eine Kostenreduktion mit Ihnen zu vereinbaren, wenn es Ihnen nicht möglich sein sollte den vollen Seminarbeitrag zu zahlen und sie gern teilnehmen möchten.

Anmeldung:

Bitte melden Sie sich schriftlich an oder per E-Mail.

In Verbindung kommen: Vom Ich zum Du zum Wir



Einführungsseminar in Wertschätzender Kommunikation

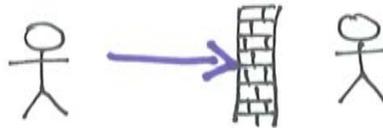
am **27./28.10.2012**
in Hamburg
Dauer: 2 Tage

Das Problem

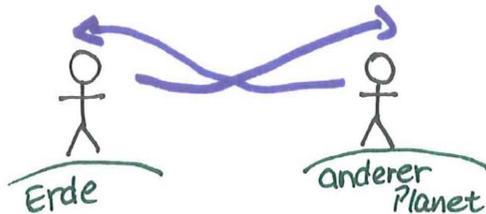


Erscheint es Ihnen, als führten einige Ihrer Gespräche immer wieder zu Konflikten?

Oder kommt bei Ihrem Gesprächspartner manchmal sehr wenig an von dem, was Sie sagen?



Haben Sie manchmal die Vermutung, Sie reden an einander vorbei?



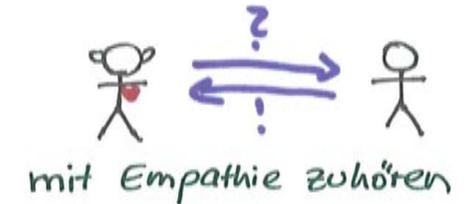
Der andere Weg...



ehrlicher Selbstausdruck

Was wäre, wenn...

- ... Sie ehrlich sagen könnten, wie es Ihnen geht, ohne dass der andere wütend oder verletzt ist?
- ... Sie klar wüssten, was Sie brauchen?
- ... Sie es so sagen könnten, dass Sie eine Chance haben es zu bekommen?
- ... Sie wirklich den Eindruck hätten, verstanden worden zu sein?



Was wäre, wenn ...

- ... Sie von dem anderen erfahren, wie es ihm wirklich geht?
- ... Sie dem anderen wirklich zuhören könnten?
- ... Sie verstehen könnten, was er wirklich braucht?
- ... Sie tatsächlich ein Gespräch führen, was in einem gleichmäßigen und ausgewogenem Miteinander ist?

... mit Gewaltfreier Kommunikation

In diesem Seminar werde ich Ihnen die beiden wichtigsten Elemente der Gewaltfreien Kommunikation in **kurzen theoretischen Inputs** vorstellen. Sie werden in **intensiven Übungen** an eigenen Beispielen die **4 Schritte der Gewaltfreien Kommunikation** selbst ausprobieren und festigen.

Sie lernen:

- Sich **offen und ehrlich** so **auszudrücken**, dass auch tatsächlich ohne Verletzungen das ankommt, was Sie sagen möchten
- und gleichzeitig sich **mitfühlend** und aufmerksam mit Ihrem Gesprächspartner zu verbinden.

Ich möchte Ihnen vermitteln, wie Sie mit Gewaltfreier Kommunikation eine **wertschätzende Verbindung** zu Ihrem Gesprächspartner auch in schwierigen Situationen aufbauen und einen guten Ausgangspunkt für das nachhaltige Lösen von Konflikten in Alltag, Beruf und Familie erhalten.

