

# VERSTEHEN UND VERSTANDEN WERDEN

## Schnupperabend „Gewaltfreie Kommunikation“ Montag, 20. November 2023 | 18:00 bis 21:00 Uhr

Viel Energie und Lebensfreude geht im privaten und beruflichen Alltag durch belastende Missverständnisse und kraftraubende Konflikte verloren.

An diesem Schnupperabend bekommen Sie einen ersten Einblick in die 4 Schritte der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg und Sie haben die Möglichkeit, anhand eigener Gesprächssituationen zu üben:

- ehrlich zu sagen, wie es Ihnen geht – ohne zu beschuldigen oder zu verletzen
- mitfühlend zu hören, wie es dem Gegenüber geht – ohne zu bewerten oder zu verurteilen.

Dabei werden die Stolpersteine, die einem Verstehen und Verstanden werden oft im Weg stehen, angesprochen.

Am 23. + 24. März 2024 findet ein Einführungsseminar statt, zu dem Fragen beantwortet werden können.

**Referentin:** *Sabine Theis (Trainerin für wertschätzende Kommunikation, Mentalcoach, MBSR-Lehrerin)*



**Eintritt frei** (Spende erbeten)

Anmeldung bis zum 15.11.2023 unter:  
[resonanzraum@dernbacher.de](mailto:resonanzraum@dernbacher.de)

Weitere Informationen & Veranstaltungen unter:  
[www.resonanzraum-kloster.de](http://www.resonanzraum-kloster.de)

Marienweg 1 • 56428 Dernbach • 02602 683-60

Eine Zusammenarbeit von:

