



**aktuelle
Daten:**
[komvisio.ch/
angebot/
workshops](https://komvisio.ch/angebot/workshops)

**Heikle
Gespräche in
Gelassenheit führen**

Heikle Gespräche in Gelassenheit führen

GFK - Übungsgruppe (nach Rosenberg) für Alltag und Berufe

Konstruktiv kommunizieren - Emotional intelligent Konflikte bearbeiten

- Vorwürfe, Kritik und Forderungen nicht mehr persönlich nehmen
- Auf dem Weg zu einer Konfliktlösung das eigene Anliegen und die Beziehung zum Gegenüber im Blick behalten
- Konstruktiver Umgang mit Ärger
- Souveränität und Ruhe in schwierigen Momenten bewahren
- Selbstempathie

An 4 Abenden geht es um die Haltung und die Methode der sogenannten „gewaltfreien Kommunikation“ anhand von eigenen konkreten Beispielen und Übungsfällen. Die eigene Erfahrung ist zentral, daher wechseln sich Austausch im Plenum mit Übungen in Partner-, Kleingruppen-, Einzelarbeit ab. Konkrete szenische Umsetzungen, die in der Praxis anwendbar sind, zeigen, wie die Anwendung lebendig und zu einem selber passend funktioniert. Nach dem 1. Übungsabend werden für die weiteren 3 Treffen Schwerpunktthemen vorgeschlagen, die Sie nach eigenem Bedarf verändern können.

Wie

unterstützend - passgenau aktiv umgesetzt

Theorieinputs, Arbeiten an den eigenen Situationen, szenische Arbeit

Leitung

Ulrike Arens-Fischer oder Barbara Eppler
Sprechwissenschaftlerinnen und
Kommunikationstrainerinnen DGSS,
Supervisorinnen/ Coach, Konflikt-
beraterinnen



B.Eppler

U.Arens-Fischer

Wo

3x per Zoom Zuhause und 1. Treffen im Volkharthaus, Turnerstrasse 1, direkt gegenüber vom Bahnhof Winterthur, je nach aktueller Lage auch dieses Treffen per Zoom.

Ihre Investition

4 Abende, ca. monatlich 1 Abend à 3 h von 18.30 – 21.30 Uhr

1. Datum: 17.11.2021, weitere Daten werden miteinander festgelegt.

Pro Abend CHF 120 /Person, nur alle 4 gemeinsam buchbar,
reduzierter Gesamtpreis bei Vorabzahlung: CHF 390

Intertessiert? Willkommen auf: www.komvisio.ch

Foto: U.Arens-Fischer