

2-stündiges Schnupperseminar

Gewaltfreie Kommunikation

nach Marshall B. Rosenberg

für Neugierige und Ausbildungsinteressierte

mit **Serena Rust** in
Frankfurt

Im Schnupperseminar erschließen wir uns die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation und probieren die lebendige Anwendung dieser Sprache in einer Gruppe von ca. 15 Teilnehmer*innen an praktischen Beispielen aus.

Stichworte zum Inhalt:

- Die Symboltiere Wolf, Schaf, Giraffe und ihre Sprache
- Die Vier-Schritte-Technik der Gewaltfreien Kommunikation
- Die Innere Haltung – wie Sprache wirksam wird
- Die Energiequelle, die in unseren Bedürfnissen sprudelt
- Wie wir unsere Gefühle steuern
- Mit Schafs-, Wolfs- und Giraffenohren hören
- Sich furchtbar ärgern – und diese Kraft kreativ nutzen!

Wo? Bildungsstätte „der hof“, 60430 Frankfurt/M (Niederursel),
Alt- Niederursel 53, Tel. 069-575078, Web: www.der-hof.de

Wann? Sie finden den aktuellen Termin auf meiner Homepage;
Seminarzeit: 15:00 – 17:00 Uhr, während der Woche

Kosten? 50,- €.

Bankverbindung Serena Rust:

Taunus Sparkasse, IBAN: DE 91 5125 0000 0018 4038 62,
BIC: HELADEF 1TSK

Anmeldung: Serena Rust, Tel. 06172-41526, Mail: look@serena-rust.de