

ABGESAGT GfK-Vertiefungstag "Grenzen setzen - aber freundlich"

Kartause Ittingen, 30.09.2023, 9:00 - 17:00 Uhr

Hilfen für die Praxis | Erwachsenenbildung | Miteinander in Beziehung

Vertiefungstag Gewaltfreie Kommunikation

Tagesthema: Grenzen setzen - aber freundlich

Leider muss dieser Kurstag aufgrund von zu wenigen Anmeldungen abgesagt werden

Auch in diesem Herbst bieten wir einen Vertiefungstag zur GfK zu einem spezifischen Thema an. Hier geht es um thematisches Vertiefen und Üben mit Hilfe der vier Schritte und der inneren Haltung der GfK.

Thema: Grenzen setzen - aber freundlich

Die eigenen Grenzen wahrnehmen zu können ist wichtig. Nur dann merken wir, wenn uns jemand zu nahe tritt oder wir uns danach sehnen, dass uns jemand näher kommt. Mit der Kommunikation der eigenen Grenzen tun sich viele Menschen allerdings schwer. Da ist die Angst, dass das Gegenüber verletzt reagiert, wenn man es in seine Grenzen weist. An diesem Tag explorieren wir persönliche Grenzgebiete und üben, die eigenen Grenzen verbindend zu kommunizieren.

Leitung

Piroska Gavallér-Rothe, Universitätsdozentin und Trainerin für Konflikt- und Kommunikationskompetenz, Gewaltfreie Kommunikation und Mediation. Autorin von «Wertschätzend Klartext reden – Gelingend kommunizieren in Beruf und Alltag». www.gavaller-rothe.com

Kosten

CHF 155.- (inkl. Mittagessen, von der evang. Landeskirche TG subventionierter Preis)

Anmeldung:

Frist verlängert bis 19.9.23

Hinweis

Bei diesem Thementag sind bereits Kenntnisse der GfK erforderlich. Zum Beispiel

Einführungsseminar mit Piroska Gavallér-Rothe in der Kartause oder Online oder auch Lektüre eines GFK-Standardwerks (z.B. «Wertschätzend Klartext reden»)

Tipp

[GFK-Impulstag "Eine Sprache der Achtsamkeit"](#) zur inneren Haltung der GFK ("4 Stühle") am 11. November 2023, Kartause Ittingen.

[HIER](#) finden Sie eine Übersicht über alle unsere Angebote im Bereich Kommunikation.

Flyer GFK Vertiefungstag

Veranstalter: tecum - Zentrum für Spiritualität Bildung und Gemeindebau