

Übungsgruppe

Gewaltfreie Kommunikation

Suchst du auch Wege um respektvoll und achtsam mit deinen Mitmenschen zu kommunizieren? Möchtest du aus der beengenden Mühle von Verurteilungen, Anschuldigungen und Forderungen aussteigen?



Wir starten mit unserer Übungsgruppe einen neuen Zyklus und es gibt noch ein paar freie Plätze. Ich freue mich, wenn du mit uns üben und lernen magst. ☺
Es ist für Menschen mit mindestens einem GFK- Einführungskurs, einer besuchten Übungsgruppe oder ähnliches gedacht. Frage doch nach, falls du da unsicher bist.

Ich werde während den Treffen sowohl angeleitete Übungen, wie auch Raum für das Bearbeiten von konkreten Situationen aus deinem Alltag anbieten.

Wir haben Termine für insgesamt 9 Treffen vereinbart, jeweils am Freitagabend von 18:30 bis 21:00 Uhr.

Daten: **2019:**

25. Januar / 15. März / 5. April / 14. Juni / 23. August /
6. September / 25. Oktober / 8. November / 13. Dezember

Kosten: Ich bitte dich um einen Beitrag von 280.- der im Voraus bezahlbar ist. Bitte lasse dich nicht vom Geld abhalten. Wenn du diesen Betrag nicht zahlen kannst, komm gerne auf mich zu, dann finden wir bestimmt andere Wege als Ausgleich.

Ort: Beim Schweizerischen Blindenbund, Maulbeerstrasse 14, Bern, 2.Stock.

Magst du teilnehmen?

Ich freue mich auf deine Anmeldung auf www.empathie-quelle.ch

Bei Fragen kannst du dich auch per Mail andrea.spring@empathie-quelle.ch melden oder per Telefon auf 031 534 42 35.

Herzlich
Andrea Spring

www.empathie-quelle.ch