

Willst Du wirklich wissen wie ich Dich verstanden habe?



Schnuppertag

Wertschätzende Kommunikation

19.07.2014 von 9:00 -17:00 Uhr

in Seeheim-Jugenheim

Möchten Sie kennenlernen, wie es möglich ist

- mehr Verbindung zu Ihrem Gesprächspartner zu erreichen,
- tiefere und intensivere Gespräche zu führen?

Und außerdem die Beziehung zu Ihrem Partner, Ihren Kindern oder Arbeitskollegen zu verbessern?

Wenn Menschen etwas tun mit dem wir nicht einverstanden sind, dann reagieren wir, indem wir Sätze sagen wie:

- Das kannst Du nicht machen
- Das darfst Du nicht
- Da musst Du jetzt durch
- Jetzt tu mir doch den Gefallen

Funktioniert das?

Wenn ich solche Sätze höre, habe ich keine Lust mehr, auf den anderen zuzugehen. Es ist für mich oft der Einstieg in ein „Duell“ bei dem meiner Meinung nach weder ich noch der andere gewinnen kann. Wenn ich es aber schaffe, aus dieser Spirale auszusteigen, eröffnet sich die Chance auf eine Lösung, bei der es keine Verlierer und Gewinner mehr gibt.

Hier bietet die Wertschätzende Kommunikation Ansätze und Möglichkeiten diese Spirale zu durchbrechen bzw. erst gar nicht dieses „Duell“ zu starten, indem wir weder Beurteilen noch Bewerten. Sie hilft uns, achtsam und bewusst die Situation zu hinterfragen.

Der Schnuppertag wird von Günter Pohl und Rolf Pohlé gemeinsam durchgeführt.

Zum Seminar:

- Wir zeigen den Unterschied zwischen Beobachten und Bewerten.
- Wir erleben und erforschen, welche unterschiedlichen Gefühle in Situationen auftauchen und fragen bzw. klären was dahinter steckt.
- Wir üben, uns so auszudrücken, dass unser Gegenüber uns gut hören kann (zumindest dass die Chance dafür möglichst hoch ist).
- Wir versuchen uns darin, den anderen in dem zu sehen, was Ihm wichtig ist.
- Wir erforschen, was uns selbst in dieser Situation wichtig ist.

Organisation:

- Finanzieller Beitrag 90 bis 40 €, je nach eigenem Ermessen.
- Anmeldung per Mail an pohlguenter@t-online.de oder telefonisch 06154/696692.
- Maximal 12 TeilnehmerInnen, das Seminar findet ab 5 TeilnehmerInnen statt.
- Seminarort ist Seeheim-Jugendheim oder Darmstadt.