



Kommunikation auf Augenhöhe

☞ effizient und selbstbewusst kommunizieren!

„Wie gehe ich wertschätzend um mit mir selbst und meinen Mitmenschen, auch in Stress-Situationen?“ angelehnt an die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) von Marshall B. Rosenberg.

1.  Beobachtung
2.  Gefühle
3.  Bedürfnisse
4.  Bitten – Fragen

Nach erfolgreicher Grundausbildung geht das **Anwenden in den Übungsgruppen** weiter. Ihr seid herzlich eingeladen am:

ERFA 1, Di. 7. Januar 2020 von 18h45 bis 21h30

ERFA 2, Mo. 17. Februar 2020 von 18h45 bis 21h30

ERFA 3, Di. 31. März 2020 von 18h45 bis 21h30

ERFA 4, Mo. 4. Mai 2020 von 18h45 bis 21h30

ERFA 5, Di. 16. Juni 2020 von 18h45 bis 21h30

ERFA 6, Mo. 24. August 2020 von 18h45 bis 21h30

ERFA 7, Di. 22. September 2020 von 18h45 bis 21h30

ERFA 8, Mo. 26. Oktober 2020 von 18h45 bis 21h30

ERFA 9, Di. 24. November 2020 von 18h45 bis 21h30

Einzel-Preise: Pro Abend Fr. 90.-- ➡ Übungspass: Fr. 70.-- pro Abend, 4er Abo Fr. 280.--
(für 4 sich folgende Daten). Bitte melden Sie sich jeweils telefonisch oder per Mail an.
Spätestens 1 Woche vor Termin wird der Abend definitiv zu- oder abgesagt (min. 2Pers.).