

Unsere Termine und Themen zur GFK 2019



Ganz neu ...

... sind wir auf der Website <https://empathieleben.de> und unter den Mail-Adressen katrin@empathieleben.de und frank@empathieleben.de zu erreichen.

Themenabende

05. Juni 2019, 19:00 - 21:30

"Selbstempathie 1"

Mit Hilfe einer von Cathrin Cadden entwickelten Körperhaltungsmethode lernen und üben wir gemeinsam praktische Selbstempathie und finden Zugang zu dem, was gerade in uns lebendig ist.

11. September 2019, 19:00 - 21:30

"Arbeit mit Feindbildern"

Wir üben uns darin, unsere Feindbilder zu erkennen und aufzulösen, um Urteile und Abwertungen leichter loslassen zu können und in eine Haltung zu gehen, die versucht, die Bedürfnisse dahinter (bei uns und dem Gegenüber) zu erkennen.

06. November 2019, 19:00 - 21:30

"Wertschätzung ausdrücken und annehmen"

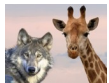
... fällt manchmal nicht leicht, wenn wir uns im gewohnten Muster von Lob, Tadel und Urteilen bewegen oder denken, dass dann eine Gegenleistung erwartet wird. Wie wir das in der Haltung der GFK tun können, ist Thema dieses Abends.

Die Themenabende finden bis auf weiteres in den Räumen der Pro Familia Karlsruhe in der Amalienstr. 25, 76133 Karlsruhe statt.

Teilnahmevoraussetzung sind Grundkenntnisse der Gewaltfreien Kommunikation, zum Beispiel durch den Besuch eines Einführungskurses.

Bitte meldet euch per E-Mail an info@empathieleben.de zu den gewünschten Themenabenden an, spätestens am Freitag vor dem geplanten Übungsabend.

Wir bitten wir Euch um einen Wertschätzungsbeitrag nach Selbsteinschätzung, für den wir 10 € pro Abend als Orientierung sehen. Das Angebot soll damit für alle Interessierten, unabhängig von finanziellen Möglichkeiten, offen sein.



**Wir freuen uns über Eure/Ihre Teilnahme.
Frank Noe und Katrin Schmidt-Sailer**

Seminare

06. bis 08. Dezember 2019

"Mit sich selbst und im Miteinander empathisch verbunden sein"

Gewaltfreie Kommunikation - Einsteigen und Vertiefen

In diesem Seminar werden wir unsere Möglichkeiten erweitern, uns auch in schwierigen, konflikträchtigen Situationen authentisch auszudrücken.

Dabei haben wir unsere Bedürfnisse und auch die unseres Gegenübers im Blick. Spielerisch werden Situationen aus dem Alltag erkundet und in der GFK-Haltung erprobt.

Für diesen Rahmen sehen wir 12 Teilnehmende als sinnvolle Obergrenze, um die GFK wirksam zu vermitteln und die Übungen präsent begleiten zu können. Darüber hinaus werden wir weitere Interessierte auf Wunsch auf eine Warteliste aufnehmen. Das Seminar ist für Einsteiger und Menschen mit Vorkenntnissen der Gewaltfreien Kommunikation geeignet.

Seminarort ist die Tagungsstätte Thomashof, Stupfericher Weg 1, 76227 Karlsruhe, die uns Verpflegung und auf Wunsch auch die Möglichkeit zu übernachten zur Verfügung stellt.

Seminarzeiten

Freitag, 6.12.2019	16:00 bis 20:00
Samstag, 7.12.2019	09:00 bis 18:00
Sonntag, 8.12.2019	09:00 bis 16:00

Kosten

Seminargebühr 200€ Orientierungsbetrag. Wir möchten, dass unser Angebote auch Menschen offensteht, denen es schwer fällt, diesen Betrag aufzubringen und bieten nach Absprache einen Beitrag auf Basis von Selbsteinschätzung an.

Die Tagungspauschale für das Seminarhaus über alle 3 Tage beträgt

64 € nur Verpflegung ohne Übernachtung
134 € für Übernachtung mit Vollpension

Rücktritt

Bis 4 Wochen vor Beginn erstatten wir die Seminargebühr zurück, abzüglich der Stornogebühr der Tagungsstätte von 38€ bei Übernachtungsgästen.

Bei späterem Rücktritt erstatten wir die Seminargebühr zurück, sofern eine Ersatzperson benannt wird oder jemand von der Warteliste nachrücken kann.

Anmeldung bitte per E-Mail an info@empathieleben.de. Wir schicken Euch/Ihnen dann eine Bestätigung und die erforderlichen weiteren Informationen zu.

Mit der Anmeldung und der Überweisung der Seminargebühr ist der Seminarplatz reserviert. Falls das Seminar in Verbindung mit Übernachtung gebucht werden soll, bitten wir um frühzeitige Anmeldung, damit wir den Bedarf reservieren können.