



Infoabend

Wertschätzende oder Gewaltfreie Kommunikation (GFK)

Ihr Nachbar lärmt um Mitternacht mit der Motorsäge. Ihr Kind will nach einem erlebnisreichen Spielplatz-Nachmittag nicht nach Hause. Ihre Teenagertochter lümmelt seit Stunden mit ihrem Smartphone auf der Couch. Frust, Ärger und Ungeduld haben sich aufgestaut.

Was nun? Losbrüllen? Die Gefühle hinunterschlucken? Mit unterdrückter Stimme es „nett“ sagen?

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) ist mehr als nur ein Kommunikationsmodell. Mit seinen vier Schritten macht es eine klar und gleichzeitig mitfühlende Kommunikation möglich, die dahinter stehende Haltung ist der Schlüssel zu mehr friedvollen Begegnungen.

Gemeinsam erforschen wir an Beispielen, wie ein Gespräch anders verlaufen könnten und wie es sich anfühlt, wenn wertschätzender und mitfühlender Raum in einem Gespräch entsteht.

Wann: 18. Oktober 2024

Beginn: 19 Uhr