



Karin Feißel

Erlebnispädagogische Prozessbegleiterin, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Übergangsbegleiterin, Mutter. Als Freiberuflerin begleitet Karin seit 12 Jahren Gruppen und Einzelpersonen. Dabei ist ihr das Draußensein und die Natur unverzichtbares Vorbild für wertungsfreies Verständnis, Lehrerin und Unterstützerin für ihre Arbeit.

„Wir lieben die Natur vor allem deshalb, weil sie nicht urteilt.“

Ryunosuke Akutagawa

Veranstalter:



**Internationaler
Versöhnungsbund**
Seit 1914 gewaltfrei aktiv
gegen Unrecht und Krieg

Regionalgruppe Magdeburg

Anmeldung und Kontakt:

Eberhard Bürger

buerger.arendsee@gmx.de

0391/244 999 01

Mindestzahl 10, Höchstzahl 20 Teilnehmende. Bitte unbedingt bis zum 10. März anmelden!

Kostenbeitrag: 10,00 €/ Person
(+evtl. Mittagessenbestellung per Catering)

Förderung ist beantragt bei dem Ökumene-Zentrum der EKM sowie dem Ev. Kirchenkreis Magdeburg.

Hygiene: Die aktuell vorgeschriebenen Maßnahmen (z.B.: Maske, Hände waschen & desinfizieren, Abstände) sind einzuhalten, Adressen werden (nur für das Gesundheitsamt) notiert.

Authentisch sprechen, präsent sein – Einführung & Vertiefung in Gewaltfreie Kommunikation



Samstag, den 13. März 2021

10.00 – 17.00 Uhr in Magdeburg,

Krähenstieg 2

Evangelische Hoffnungsgemeinde
(Endhaltestelle Straßenbahn 9 beim Neustädter See)

Inhalt des 12. Werkstatt-Tages:

„Authentisch sprechen, präsent sein – Einführung und Vertiefung in Gewaltfreie Kommunikation“

Ob in der Partnerschaft, Familie, am Arbeitsplatz oder mit guten Freunden, überall kann Kommunikation missglücken und unser Leben belasten. Unsere Art zu kommunizieren schafft oftmals mehr Distanz und Missverständnisse statt Verbindung und Verständnis. Die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg bietet eine Möglichkeit, in Konfliktsituationen neue Wege zu gehen.

Die Gewaltfreie Kommunikation lädt uns ein:

- wahrhaftig und ehrlich statt nett zu sein
- die Power unserer Wut kraftvoll für uns statt gegen andere ein zu setzen
- in einen tieferen & einfühlsameren Kontakt mit uns selbst zu kommen
- Verantwortung für unsere Gefühle und unser Leben zu übernehmen

In diesem Übungsseminar üben wir an ganz konkreten Situationen aus ihrem Alltag und

- erweitern unser Empathievermögen
- bekommen Einblick in eigene Kommunikationsmuster
- verfeinern Selbstwahrnehmung
- erlernen Strategien zur Selbstklärung

**Höchstzahl 20 Teilnehmende,
Mindestzahl 10 Teilnehmende
Bitte unbedingt anmelden bis
10. März!**

Vorläufige Tagesstruktur:

10.00 Gemeinsamer Beginn
10.15 Start ins Thema und erste Übungen, Pausen dazwischen
12.30 Mittagspause Möglichkeit mit Catering
13.30 Fortsetzung der Übungen mit Pause
16.30 Abschluss und Ausblick
(Änderungen vorbehalten!)

Zum 12. Werkstatt-Tag eingeladen sind alle am Gespräch zum Thema interessierten Magdeburger*innen sowie Auswärtige.

Aus dem Verein „**echt.jetzt e.V.**“ aus Berlin begleiten uns Sören Heise und Karin Feißel:



Sören Heise

Dipl.-Sozialpädagoge und Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, Autor und Vater

Seit mehr als 15 Jahren arbeitet Sören mit Menschen im sozialen Bereich, in Kita, Umweltbildung, als Seminarleiter und Dozent.

Dabei geht er der Frage auf den Grund, wie Authentizität und Mitgefühl im Alltag verankert werden und ihren Ausdruck finden können.

„Wir können nur den Frieden in der Welt bewirken, den wir in uns tragen!“