

Einladung zum Mütterseminar



Gelungene Kommunikation und ein friedliches Miteinander:

1.3. - 3.3.2024

Maïke Dohmann

Ich bin Mutter von zwei Teenagern, Einrichtungsleiterin in einem sozialen Unternehmen für die Begleitung von Menschen mit Hilfebedarf und Trainerin für „Gewaltfreie Kommunikation“.

Was mich in all diesen Rollen antreibt, ist die Gestaltung eines empathischen Miteinanders auf Augenhöhe, bei dem die Bedürfnisse aller berücksichtigt werden. Dabei stoße ich immer wieder an Grenzen und auf neue Herausforderungen.

Die „Gewaltfreie Kommunikation“ unterstützt mich dabei, diesen offen zu begegnen, sie zu überwinden und neue Wege zu gehen.

www.maïke-dohmann.de



Gelungene Kommunikation und ein friedliches Miteinander:



Hat Ihr Lust auf mehr gelungene Kommunikation und ein friedliches Miteinander - in Familie, Beruf oder z.B. auch im Krankenhaus? Dann lasst uns den Weg dorthin gemeinsam erforschen.

An diesem Wochenende wollen wir den Teilnehmerinnen ermöglichen, die Methode und Haltung der "Gewaltfreien Kommunikation" (nach Marshall B. Rosenberg) in entspannter Atmosphäre kennenzulernen.

Die Teilnehmerinnen sammeln erste praktische Erfahrungen an eigenen, individuellen Beispielen, wie sie diese Methode anwenden und umsetzen können. Die Motivation all unseres Handelns liegt in der Erfüllung von Bedürfnissen - unserer eigenen und den Bedürfnissen der Menschen, die uns anvertraut, die uns wichtig sind.

Oft sind wir zerrissen und finden keinen Weg, den Anderen gerecht zu werden und gleichzeitig gut für uns zu sorgen. Manchmal fehlt uns auch der Zugang zu den eigenen Bedürfnissen oder denen unseres Gegenübers - insbesondere, wenn wir mit seinem Verhalten nicht einverstanden sind.

Und dann ist da noch die Frage, wie wir uns in schwierigen Situationen so ausdrücken können, dass wir verstanden werden - ohne unser Gegenüber anzugreifen oder zu verletzen.

Wie wir diesen Herausforderungen begegnen können und wie auch durch unsere Art der Kommunikation Konflikte entstehen, wollen wir an diesem Wochenende auf Basis der "Gewaltfreien Kommunikation" gemeinsam betrachten.

Sonja Gasparini

Lebens- und Berufserfahrung habe ich in praxisorientierten Seminaren für „Gewaltfreie Kommunikation“, in meiner jahrzehntelangen Homöopathiepraxis u.a. in Kriegs- und Krisengebieten, als Mutter dreier Jungen und als Yogalehrerin gesammelt. Dankbar über die Unterstützung und Klarheit, die die „Gewaltfreie Kommunikation“ seit Jahren in mein Leben bringt, ist es mir eine Freude, diese lebensbejahende Haltung zu vermitteln und weiterzugeben, um ebenso das Leben anderer zu erleichtern und zu verschönern.

www.sonja-gasparini.de



• **1.3.-3.3.2024**

- Start Freitag 14 Uhr mit Kaffee, Tee und Kuchen
- Ende Sonntag 13.30 Uhr nach dem Mittagessen
- Die Inhalte der Referentinnen werden in entspannter Atmosphäre angeboten. Und zwischendurch wird es wie immer ausreichend Freizeit und Pausen geben.



© Thomas Kupas

Unterkunft:
Energie-und Umweltzentrum am Deister e. V.
Tagungshaus
Zum Energie- u. Umweltzentrum 1
31832 Springe

- Unsere Unterkunft liegt außerhalb der Ortschaft direkt am Waldrand. Der Wald ist sehr schön geeignet für kleine Spaziergänge.
- Eine Anreise ist möglich:
mit dem Auto oder
mit der Bahn nach Springe oder Hannover in Kombination mit Fahrgemeinschaften oder einem Gruppentaxi.
- Jede Teilnehmerin bekommt ein Einzelzimmer mit eigenem Bad.
- Wir nehmen wieder Inga als Köchin mit, wie bei den zwei vergangenen Seminaren.
- Essen werden wir in einem schönen gemütlichen Wintergarten

Die Kosten betragen 80,- € für Vereinsmitglieder,
Nichtmitglieder zahlen 100,-€.
(Zusätzlich fallen ggfs. Kosten für Getränke an)

Anmeldung bis zum: 10.12.2023 an:
rebecca.brands@nierenkinder.de

