

willst du glücklich sein oder Recht haben	MEDIATION GFK-SEMINAR ÜBUNGSGRUPPE
Veranstaltungen und Termine sind zu finden auf der Homepage !!	Die Praxis für Mediation & GFK Auf der Heide 29 32257 Bünde Telefon 05223 - 819 7334 zueinanderstehen@web.de http://zueinanderstehen.de

Aktuelle Termine ab Mai mit und um die gewaltfreie Kommunikation (GFK) sowie weiterer interessanter Dinge

Veranstaltungskalender

05-18



*“Warte nicht auf das Glück.
Es ist bereits da, direkt vor
deiner Nase...”*

*Es folgen die Termine der
nächsten Veranstaltungen !*

Liebe Freunde der gewaltfreien Kommunikation !!!

Weitere tolle Möglichkeiten, um die Inhalte der GFK zu vertiefen oder die GFK als etwas Neues zu erleben findest du in diesem Veranstaltungskalender. In den nächsten Wochen gibt es einiges, was für dich von Interesse sein könnte. Komm doch einfach vorbei.

Am 14. Mai geht es mit der GFK Übungsgruppe weiter. Hier kannst du deine aktuellen Themen mit den Teilnehmern in der Gruppe bearbeiten. Wenn du magst!

Am 22. Mai bieten ich in der Praxis einen Abend an, wo es um deine Bedürfnisse geht. Hierzu erkunden wir gemeinsam was uns zu bestimmten Themen wichtig ist. Hierfür nutzen wir 90 individuell gestaltete Karten.

Magst du dabei sein, dann melde dich doch schon mal an. Es gibt weitere Termine hier in der Praxis. Schau doch einfach mal auf der Homepage vorbei... | [LINK](#)

Die GFK Übungsgruppe monatlich Q2/2

14. Mai 2018 | Montag | 19:30h - 21:30h | In der Praxis

"Wir üben uns - das Leben zu bereichern..." | [LINK](#)

Die Bedürfnisse erkunden

22. Mai 2018 | Dienstag | 19:30h - 21:30h | In der Praxis

"Welches sind deine Bedürfnisse - wir finden es heraus..." | [LINK](#)

Das GFK Tanzparkett

28. Mai 2018 | Montag | 19:00h - 21:30h | In der Praxis

"Lass uns gemeinsam neue Erfahrungen machen..." | [LINK](#)

Seminar - Einführung in die GFK

16. Juni 2018 | Samstag | 10:00h bis 17:30h | In der Praxis

"Sich mit sich selber verbinden - womit alles anfängt..." | [LINK](#)

Die GFK Übungsgruppe monatlich Q2/3

18. Juni 2018 | Montag | 19:30h - 21:30h | In der Praxis

"Wir üben uns - das Leben zu bereichern..." | [LINK](#)

Systemaufstellung mit GFK

23. Juni 2018 | Samstag | 14:00h - 18:00h | In der Praxis

"Wir stellen uns auf - eine neue Sicht entsteht..." | [LINK](#)

Das GFK Tanzparkett

02. Juli 2018 | Montag | 19:00h - 21:30h | In der Praxis

"Lass uns gemeinsam neue Erfahrungen machen..." | [LINK](#)

Weitere Veranstaltungen folgen !!!

Hier geht es direkt zum Veranstaltungskalender auf der Homepage | [LINK](#)

Die Praxis für Mediation und GFK

Auf der Heide 29 | 32257 Bünde

<http://www.zueinanderstehen.de/>

Besuch mich auf Facebook | [LINK](#)

Rosenberg betont, dass die starken Gefühle im Streit von unerfüllten Bedürfnissen herrühren. Das Verhalten anderer ist nur ein Stimulus zur Wahrnehmung dieser Gefühle. Wenn wir den unangenehmen Gefühlen nachspüren, können wir auf unerfüllte Bedürfnisse stoßen. Sobald wir Kontakt zu dem „richtigen“ Bedürfnis haben, entspannen wir uns, vor allem weil wir einen Weg sehen, uns jetzt selbst für deren Erfüllung einzusetzen. Die Gefühle sind wie Warnlampen in einem Armaturenbrett, die anzeigen, dass Öl fehlt oder der Tank leer ist. Nicht dass uns im Streit ein anderer einen Esel nennt, macht uns ärgerlich, sondern wir sind zornig, weil wir Respekt brauchen. Wir sind hungrig, weil wir etwas zu Essen brauchen, nicht, weil unser Nachbar sein Frühstücksbrot auspackt. Die Bedürfnisse gehören zu unserer Natur und machen uns lebendig. Mit ihnen werden wir geboren. Sie unterscheiden sich von den Strategien zu ihrer Erfüllung. Nicht dass wir bestimmte Bedürfnisse haben erzeugt Leiden, sondern dass wir uns an bestimmte Erfüllungsstrategien klammern. Wir werden zwar mit dem Bedürfnis nach Nähe und Kontakt geboren. Aber wir haben kein Bedürfnis nach Nähe und Kontakt zu einer bestimmten Person. Diese steht lediglich für eine von vielen Erfüllungsmöglichkeiten.