



**„Hör doch endlich richtig zu!“**  
**Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation**  
nach M. Rosenberg  
Erwachsenenbildung  
Kursleitung: Ursula Stierli



## Einführungskurs A 2016

**Daten: Freitag 12. Februar / Samstag 13. Februar 2016**

**Zeit:**

**Freitag: von 19:30 bis 22:00 Uhr**

**Samstag: von 9:00 bis 16:00 Uhr**

**Ort: Kursraum Privathaus**  
**Alte Dorfstrasse 22**  
**Affoltern a. Albis**

**Kosten: Fr. 180.-**

Reduktion möglich. Teilnehmerzahl beschränkt.

**Anmeldung bis 29. Januar 2016 an:**

Ursula Stierli - Oetiker

Alte Dorfstrasse 16

8910 Affoltern a. Albis      Tel. 044 760 21 19

[u.stierli@bluewin.ch](mailto:u.stierli@bluewin.ch)    [www.kurse-stierli.ch](http://www.kurse-stierli.ch)

In Zusammenarbeit mit

**elternbildung**  
**kanton zürich**



**Wo Menschen zusammen sind: Überall wird kommuniziert. Doch längst nicht jede Botschaft kommt beim Empfänger „richtig“ an. Was können wir dazu beitragen, dass unsere Kommunikation gelingt? Und warum hören Giraffen besser als Wölfe?**

**Vertiefte Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg. Teilnehmerzahl beschränkt.**

**Inhalt und Arbeitsweise:**

**Die Grundsätze der Gewaltfreien Kommunikation, helfen uns hinter Worten, Argumenten oder einer beurteilenden Aussage, die Bedürfnisse und Wünsche zu erkennen.**

**Wir lernen uns für unsere Bedürfnisse einzusetzen und gleichzeitig die Beziehung zum Gegenüber aufrecht zu erhalten. Im Zentrum steht eine wertschätzende, gleichwertige Haltung gegenüber sich selber und den andern Gesprächspartnern zu entwickeln.**

**Wir erlernen die 4 Schritte-Methode der Gewaltfreien Kommunikation.**

**Arbeitsweise: Theorie, Übungssequenzen und Bearbeiten von eigenen Beispielen.**

**Kursleitung : Ursula Stierli-Oetiker**

Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Coach Empathisches Coaching, Primarschule, Kindergärtnerin/Hortnerin, Mutter

**Weitere Angebote :**

- |                             |  |
|-----------------------------|--|
| - Übungsgruppe:             | auf Anfrage                              |
| - Die Macht der Empathie    | Samstag / Sonntag 12./13. September 2015 |
| - Einführung                | Freitag / Samstag 23./24. Oktober 2015   |
| - Weihnachten ohne Stress?  | Samstag 14. November 2015                |
| - Einführung                | Freitag / Samstag 12./13. Februar 2016   |
| - Vertiefungstag:           | Montag 14. März 2016                     |
| - GfK im Alltag mit Kindern | Samstag 11. Juni 2016                    |
| - Coaching:                 | Termine auf Anfrage                      |

**Mehr Infos** unter [www.kurse-stierli.ch](http://www.kurse-stierli.ch)

