



Mit herzlichen Frühlingsgrüßen, möchte ich Dich hiermit über **neue** oder **altbewährte Seminarangebote** informieren:

---

## Arbeit mit Glaubenssätzen & Feindbildern

Innere Prozesse mit Gewaltfreier Kommunikation



*"Ohne Fleiß, kein Preis!"*

*"Ich bin dafür halt nicht geschaffen!"*

*"Von nix, kommt nix!"*

*"Männer wollen nur das Eine!"*

*"Geld macht glücklich!"*

*"Geld macht auch nicht glücklich!"*

***Kennst du solche Sätze aus deinem Leben?***

**Glaubenssätze** sind Überzeugungen, die oft unbewusst, tief in uns verwurzelt sind. Sie bestimmen unsere Gedanken, unsere Gefühle und unser Tun. **Oft folgen wir kollektiven Mythen, Weltanschauungen** oder, durch unsere Kindheit geprägten **Leitsätzen**, ohne zu bemerken, wie sehr sie unser alltägliches Handeln, beeinflussen. **Glaubenssätze** können uns in unserer Entwicklung einschränken oder **verhindern, dass wir unser volles Potential entfalten.**

An diesem Tag werden wir uns behutsam diesem Thema annähern, Sätze mit Hilfe der Gewaltfreien Kommunikation transformieren und uns so, neue Zugänge in diesen Bereichen ermöglichen.

**IMPULSTAG Sonntag 26.5.2019 von 9h – 17h**

Anmeldung Impulstag

## Konflikte klar und mutig ansprechen!

**Kennst Du das:**

- Es gibt einen Konflikt mit einem Kollegen, aber du sagst nichts, weil er Dir sowieso nicht zuhört?
- Du willst einer Freundin sagen, dass Du dich über sie geärgert hast? Du hast aber Angst, dass sie verletzt und gekränkt ist? Darum sagst Du besser nichts!



Oft sprechen wir Konflikte nicht an, nehmen uns zurück, oder sind resigniert. Dabei verlieren wir schlicht und einfach unsere Lebensfreude, unseren Antrieb oder unsere Motivation.

Wie es auch anders funktionieren kann, erproben wir mit Hilfe der klar strukturierten Schritte der Gewaltfreien Kommunikation am **Impulstag zu Gewaltfreier Kommunikation Donnerstag 13. Juni 2019 von 9h-17h, Wien**

Kurze Inputs, viel praktisches Üben in Kleingruppen, Rollenspielen und Reflexion leiten uns durch den Tag.

[Anmeldung Impulstag](#)

---

Ein Stück GFK Weg gemeinsam gehen:

Das nächste **Jahrestraining in Gewaltfreier Kommunikation** startet am **Sa. 14. September 2019!**

Es die nächste Möglichkeit, zum Einstieg in **intensives, freudvolles Lernen über einen Zeitraum von 9 Monaten!**

**Alle infos und Termine sind bereits online!**

Als kleine Entscheidungshilfe: Lass Dich doch von den Rückmeldungen der TeilnehmerInnen aus den vergangenen Trainings inspirieren: **hier zum Nachlesen**



[Infos Anmeldung zum Jahrestraining](#)

---

**KOSTENLOSE IMPULS - und Infoabende!**

Du möchtest vorab einen Einblick in die Haltung und Methode der Gewaltfreie Kommunikation, bekommen? Du möchtest mich und meinen Arbeitstil kennenlernen? Komm zu einem der kostenlosen Impuls - und Infoabenden:

[die nächsten TERMINE und Anmeldung](#)

---

## Individualtraining

Im geschützten Rahmen biete ich individuelle Begleitung für Einzelpersonen, Paare oder auch



Teams in Organisationen an. In folgenden Situationen könnte Individualtraining hilfreich sein:

- Du willst Verbindung zu den eigenen Bedürfnissen finden, in einer sehr herausfordernden Situation?
- Ihr wollt als Paar eure Kommunikation miteinander verbessern?
- Im Team gibt es Konflikte: Ihr braucht Unterstützung diese anzusprechen und zu klären

Wenn Du Individualtraining in Anspruch nehmen willst, kontaktiere mich gerne für Klärung von Details und Terminen:

Anfrage Individualtraining

---

Danke, dass du bis hierher gelesen hast. Für heute verabschiede ich mich und freue mich auf ein baldiges Wiedersehen oder Kennenlernen. Bei Fragen stehe ich jederzeit gerne zur Verfügung. Bitte die Info auch gerne weiterleiten!

Liebe Grüße  
Brigitte Puhr

Kontakt: Connecting Communication KG | Brigitte Puhr  
Trainerin für empathische Kompetenz und wertschätzende Kommunikation  
[www.connecting-communication.at](http://www.connecting-communication.at) | [www.gfk.wien](http://www.gfk.wien)  
Siebenbürgerstraße 2-12/13/2 | 1220 Wien | Tel 06642807459