

Die Sprache des Herzens erlernen

Kompetenzzentrum
Weiterbildung



Gewaltfreie Kommunikation



Daten 2026

Sa, 21. November

So, 22. November

Kurszeiten

9:00 – 18:00 Uhr

9:00 – 16:00 Uhr

Kursort

Giraffen.Schule
Balgacherstr. 202
9435 Heerbrugg

Wenn andere Menschen etwas tun, was uns nicht gefällt, möchten wir, dass sie ihr Verhalten ändern. Wie können wir so Einfluss nehmen, dass die Qualität der Beziehung, und die innere Bereitschaft zu kooperieren gefördert wird?



cnvc.org
Zentrum für
Gewaltfreie
Kommunikation

info@giraffen.schule

www.giraffen.schule

giraffen.schule

Die Gewaltfreie Kommunikation ist ein hilfreiches Werkzeug, das Verbindung schafft. Vier Komponenten verhelfen zu einer aufrichtigen und wertschätzenden Kommunikation.

Themen und Inhalte

- Wie wollen wir miteinander umgehen?
- Hindernisse auf dem Weg zu mehr Kooperation: urteilen, angreifen, vergleichen
- Das Wesentliche sagen und hören: Die 4 Elemente in der Gewaltfreien Kommunikation
- Die höchste Form menschlicher Intelligenz: Beobachten, ohne zu bewerten
- Der klare Ausdruck von Gefühlen, ohne sie mit Interpretationen zu vermischen
- Wert-Urteile statt moralischer Urteile
- Ärger konstruktiv ausdrücken
- Wie wir uns unsere Bedürfnisse erfüllen
- Kriterien für aussichtsreiche Bitten
- Die Kunst des Zuhörens und die vier Formen des Zuhörens

Kosten

CHF 380 pro Person. Kaffee, Wasser und Snacks sind vorhanden. Das Mittagessen bitte selbst mitbringen.

Kursleitung

Eveline Degani-Bischof, zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Mediatorin

Das Seminar wird organisiert in Zusammenarbeit mit:



info@konfliktbewaeltigung.ch
www.konfliktbewaeltigung.ch