

BILDUNGSZENTRUM 2017/2018

8430 Leibnitz, Wagnerstr. 43a. www.unser-sonnenhaus.at

Herzlich laden wir Eltern, PädagogInnen und alle Interessierten ein.

Einführungs-Vortrag

„Empathische Kommunikation“

Di 16. Jän 2018, 19:00,

Kosten: 10 Euro

Referentin: Rosemarie Höller



Workshop Empathische Kommunikation nach Marshall Rosenberg

„Einfühlsam leben – Konflikte achtsam begleiten“

Als **praktische Methode** aber vor allem als **innere Haltung** bietet die „empathische Kommunikation“ wirkliche Handlungsmöglichkeiten in schwierigen Situationen in **Familie, Alltag und Beruf**.

Gleichwertigkeit und Aufrichtigkeit machen eine respektvolle Art des Umganges miteinander möglich. Der Fokus liegt dabei darauf, die eigenen Bedürfnisse und die der anderen zu erkennen. Wir werden zu einem Sprachgebrauch angeregt, der Wohlwollen uns selbst und anderen gegenüber verstärkt und das friedliche Lösen von Konflikten in uns und mit anderen erleichtert.

Dieser Workshop vermittelt:

- wertfreie Beobachtungen: wie kann ich mit meiner Sprache Gehör finden damit Verbindung entsteht
- eigene Gefühle und Bedürfnisse ausdrücken, ohne andere zu beschuldigen
- klare Bitten formulieren

Termin 1: **Fr. 6. Okt.**, 15:00-19:00 und **Sa. 7. Okt. 2017**, 9:00 - 17:00

Termin 2: **Fr. 16. März**, 15:00-19:00 und **Sa. 17. März 2018**, 9:00 - 17:00

Kosten: 120 Euro (50% Akonto bei Anmeldung)

Referentin: Rosemarie Höller

Anmeldung: Andrea Pucher-Hainzl, 0699 1028 0185, andrea.pucher-hainzl@unser-sonnenhaus.at

Empathie-Räume

- Input zu einem interessanten pädagogischen Thema
- Einüben der bedürfnisorientierten Kommunikation die Menschen verbindet
- Raum für Begegnung und offenen Austausch

Mo 23. Okt 2017 **"Soll ich mich einmischen, wenn Kinder streiten?"**

Mi 29. Nov 2017 **"Geht's den Eltern gut – geht's den Kindern gut?"**

Di 6. Feb 2018 **"Pubertät – die Zeit in der die Eltern schwierig werden"**

Mo 12. März 2018 **"Wie kann ich Kindern Wertschätzung geben ohne sie mit Belohnung abhängig zu machen?"**

je 19:00-21:30 Uhr

Referentin: Rosemarie Höller

Anmeldung: bis 48h vor Beginn bei Andrea Pucher-Hainzl,

andrea.pucher-hainzl@unser-sonnenhaus.at 0699 1028 0185

Kosten: 13 Euro

Voraussetzung: Workshop



Freies Tanzen

Der freie Tanz ermöglicht es uns aus dem Alltag herauszutreten, in freie Räume des Fühlens hinein,

wo sein darf was jetzt für mich wesentlich ist.

Unser Verstand mit all seinen Konzepten darf ruhen.

Bewegungen, Gefühle, Energien und Visionen

werden bewusst erfahrbar und sichtbar gemacht,

gefeiert und geteilt mit einem wertschätzenden Gegenüber

und dem Raum der Gruppe.

Do. 14. Sept, Di. 03. Okt, Do. 16. Nov, Di. 12. Dez 2017; 19:30 – 21:30

Kosten: freiwillige Spende zu Gunsten unserer Schule

Anmeldung: Nadja Tzimos-Hrozny, Tanz und Ausdruckspädagogin, 0664 73 666 089, nadja.tzimos-hrozny@aon.at

