

Gewaltfreie Kommunikation & Lebendiges Mitgefühl

19. - 21. April 2024



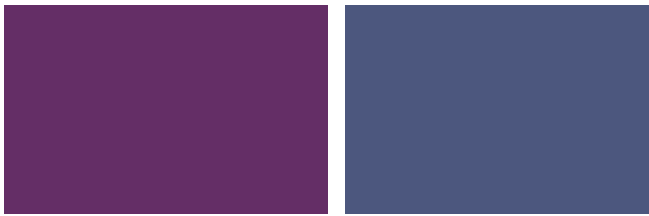
mit Elke Dobkowitz und Matthias Heidel

Ort: Radolfzell - der Seminar-Raum ist noch nicht entschieden

**Zeiten: Freitag, 19.4.: 19 bis 21.30 Uhr
Samstag, 20.4.: 9:30 bis 18 Uhr
Sonntag, 21.4.: 9:30 bis 13 Uhr**

Kosten: € 120 – 190 (nach Selbsteinschätzung)

**Anmeldung: Anne Fikentscher,
annefikentscher@gmx.de oder 0173/3041977**



Gewaltfreie Kommunikation & Lebendiges Mitgefühl

An diesem Wochenende möchten wir mit Euch erfahrungsorientiert die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) und Robert Gonzales' Ansatz des Lebendigen Mitgefühls u.a. anhand seiner Prozesse vertiefen.

Falls Ihr noch keine Erfahrung mit der GfK gemacht habt und gerne teilnehmen möchtet, bitten wir Euch so früh wie möglich mit uns Kontakt aufzunehmen um einen Vorab-Online Termin zur GfK-Einführung zu verabreden.

So können wir gemeinsam ab Freitag Abend direkt ins vertiefen und üben einsteigen. Natürlich werden die vier Schritte der GfK eine Grundlage sein - dazu kommen Aspekte von Empathie, Zuhören, Mitgefühl & Gewahrsein, die lebendige Energie der Bedürfnisse, Raum für Trauer und umfängliche Selbstverantwortlichkeit.

Auch werden wir eine Form der Dyaden praktizieren, so wie wir sie von Robert kennen und schätzen gelernt haben.

Um gemachte Erfahrungen zu integrieren bieten wir Zeit in Stille mit der Möglichkeit des nichtsprachlichen Ausdrucks an. Dafür steht reichlich Material aus Matthias Werkstatt zur Verfügung.

Wir hatten das große Glück Robert über ein Jahrzehnt hinweg assistieren und begleiten zu dürfen und freuen uns sehr das Gelernte und Erfahrene weitergeben zu können.

Matthias Heidel - als Künstler, Kunsttherapeut, Meditationslehrer und praktizierender Buddhist stehen für ihn schon lange der Kontakt zum Leben, zur Spiritualität und Kreativität und deren Ausdrucksformen im Mittelpunkt seine Aufmerksamkeit.

Die GfK und das Lebendige Mitgefühl sind für ihn wertvolle Werkzeuge in der Verbindung mit sich selbst und um andere auf diesem Weg zu unterstützen.

Elke Dobkowitz - die Begegnung und das intensive Eintauchen in die GfK und die Arbeit von Robert Gonzales hat es ihr ermöglicht neue Wege zu beschreiten und dadurch ihr Leben zu verändern - zu mehr Klarheit, Freude, Sanftheit, Kraft und Mut. Es war für sie - als langjährige Buddhistin - der fehlende Mosaikstein um die Werte von Liebe und Mitgefühl für sich selbst und andere in die Welt hinaus tragen und mehr und mehr leben zu können. Seit 4 Jahren ist sie in der Trauerbegleitung tätig.