



Wo die Wölfin heult!

Die kleine Wolfsschule

Ein Workshop für Frauen, ...

- die lernen wollen, für sich einzustehen.
- die ihren Ärger spüren und ausdrücken wollen.
- die wollen, dass wichtige Beziehungen gelingen.

Die Wölfin steht für den Teil in uns, der angreift, um zu verteidigen. Doch bei mancher Frau hüllt sich dieser Teil in Schweigen und greift lieber sich selbst an. Um den Mut zu finden, die eigene Wut / Kraft einzusetzen, hilft es, sich bewusst zu machen, dass man in guter Absicht handelt und bereit ist, auch die andere Seite mit offenem Herzen zu hören.

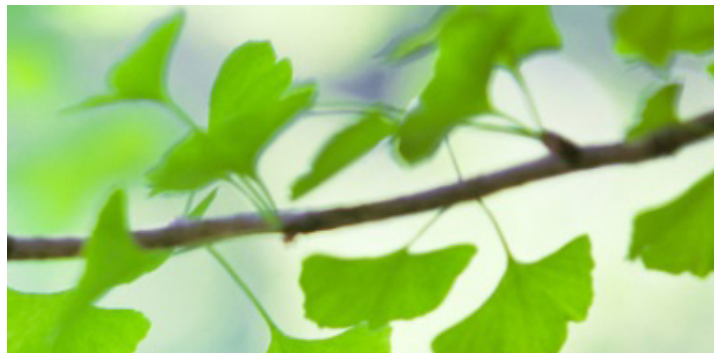
Tagesworkshop (Sa. 10 - 17 Uhr)

06. September

85 Euro

Alle Kurse maximal 6 TeilnehmerInnen!

Regine Landwehr
Ausbildung in
Gewaltfreier Kommunikation
am Osterberg-Institut



Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation (GfK)

Wie sag ich es meinem Kind, meiner Chefin oder meiner besten Freundin?

Je wichtiger eine Beziehung, umso entscheidender die Fragen:

- Wie drücke ich mich aus?
- Bin ich mir selbst treu?
- Und wie erhalte ich ein gutes Miteinander?

Die GfK hilft uns, die Hintergründe des Konflikts zu erkennen, indem wir Kontakt zu unseren Gefühlen und Bedürfnissen aufnehmen. Dies erleichtert es, sich auszudrücken und widersprüchlich erscheinende Standpunkte zu hören.

Mitgefühl öffnet für neue Wege.

Langes Wochenende

15. – 17. August

Fr. 13 – 18 Uhr

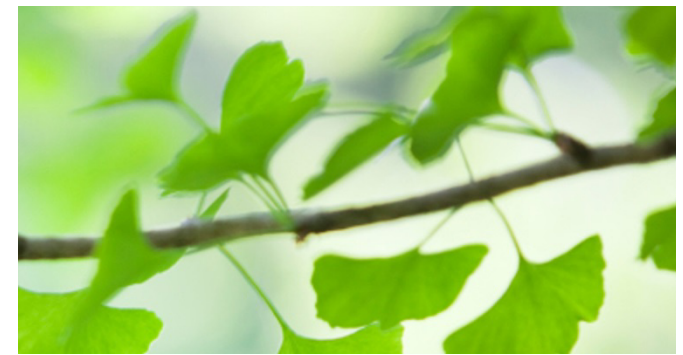
Sa. 10 - 17 Uhr

So. 10 - 15 Uhr

210 Euro



Die **Giraffe**, Symbol der GfK & das Tier mit dem größten Herzen



„Tanz“ statt Kampf Balance in der Beziehung

Wäre ein „Tanz“ um Ihre Wünsche nicht schöner als der Krach, der beide verletzt? Bedauern Sie mitunter das Ergebnis von partnerschaftlichen Auseinandersetzungen? Wie wäre es, Konflikte spielerisch und kreativ auszufechten? Lassen Sie es uns ausprobieren.

In diesem Paarseminar wollen wir den „Terz“, den wir um gewisse Dinge machen, spielerisch erkunden. Dabei hilft die GfK (als Kommunikationstechnik), sich auszudrücken und die Wünsche des Partners auch zu hören, wenn diese widersprüchlich erscheinen. Wir nutzen die GfK, um unsere tiefere Motivation beim Streiten zu verstehen und das Neue hinter den Wünschen von beiden zu finden.

Wie? Mit viel Spaß und Liebe und ohne zu wissen, was dabei herauskommt.

20. – 21. September

Sa. 10 - 17 Uhr, So. 10 - 15 Uhr

160 Euro / Person

Berichte und Texte rund um GfK, Kommunikation, Meditation und Massage finden Sie unter



Tiefenkontakt