



KRAFT UND VISION

HEILPRAKTIKERIN FÜR PSYCHOTHERAPIE
LOGOPÄDIN / ENTSPANNUNGSTHERAPEUTIN
REIKILEHRERIN

von *Claudia Wackerle*



Kommunikation

Achtsame Kommunikation:

„Man kann nicht, nicht kommunizieren.“ Paul Watzlawick, Psychologe

Im Zeitalter von Fernsehen und Computer haben viele Menschen Probleme, miteinander achtsam zu kommunizieren. Reden wir zu wenig miteinander oder vielleicht auch auf eine kommunikationshemmende Art und Weise?

Inhalt der Seminare:

Wie kann ich achtsam kommunizieren?

Wie kann ich empathisch zuhören?

Wann sollte ich in einem Gespräch freundliche Grenzen setzen?

Wie vermeide ich ständigen Streit und Konflikte?

Wie kann ich meine Gedanken und Gefühle verständlich mitteilen?

Bei welchen Personen kann die achtsamste Kommunikation an Grenzen kommen?
Informationen zu Persönlichkeitsstörungen!

Wie wichtig sind Körperhaltung und stimmlicher Ausdruck?

Seminarzeit:

7 Std. Unterricht (Tagesseminar) oder an zwei Terminen a` 3,5 Stunden

Teilnehmerzahl::

max. 4 Personen

Termine:

auf Anfrage

Kosten:

120,00 €

Claudia Wackerle Unterfeldstraße 22 D - 82496 Oberau

Tel: 0 88 24 / 92 97 78 Fax: 0 88 24 / 92 97 76 Email: info@kraftundvision.de Internet: www.kraftundvision.de