

TEILNAHMEBESCHEINIGUNG

Hiermit bescheinigen wir

Herrn Marco Müller, 30453 Hannover, Am Urnenfeld 3

die Teilnahme an unserer Intensivwoche:

„Intensivwoche Gewaltfreie Kommunikation“ (Kurs-Nr. 232B86084)

vom 05.06.2023 bis 09.06.2023 (40,00 UStd.).

Leitung: Georgis Heintz (Certified Non-Violent Communication Trainer)

Folgende Themenschwerpunkte wurden behandelt:

- Herausarbeitung des Unterschiedes zwischen Beobachtung und Bewertung durch praktische Übungen
- Erweiterung des Gefühlswortschatzes u. Differenzierung von Gefühlen und Interpretationen
- Trainingseinheiten zum Erspüren und Ausdrücken der eigenen Bedürfnisse
- Übungen zum Erkennen des Unterschieds zwischen Bitte und Forderung
- Vermeidung persönlicher Betroffenheit bei Vorwürfen, Kritik und Forderungen durch emphatisches Zuhören
- Herausarbeitung und Abbau von Gedankenmustern, die zu Ärger und Aggression führen

Hannover, 09.06.2023



Georgis Heintz
(Dozent/in)