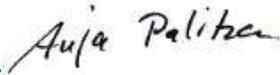


Die „Gewaltfreie Kommunikation“ begleitet mich seit über 10 Jahren. Begonnen habe ich mit einem Buch, welches als Voraussetzung empfohlen wurde, um in einer Übungsgruppe mitzuwirken. Die Faszination die diese Thematik ausgelöst hat, ist seit dem ungebrochen. In zahlreiche Gespräche und Begegnungen fließt sie mit ein und bereichert diese.

Im Jahr 2009 ist dann ein großer Wunsch von mir in Erfüllung gegangen. Ich habe an einem Intensivseminar mit Marshall B. Rosenberg teilgenommen. Dort habe ich erlebt, wie groß seine Herzenswärme für die Menschen ist und wie groß seine Sehnsucht ist, die Welt zu einem friedlichen Ort für alle Nationen zu machen. **Seine Liebe für die Menschen und sein Engagement für den Erhalt der Mitmenschlichkeit hat mich tief berührt.**

Auch ich erlebe tagtäglich, ob bei meiner Arbeit im Kinder- und Jugendheim, in den Seminaren die ich gestalte oder in meinem privaten Umfeld: **„Wenn es Menschen gelingt, sich einfühlsam mit sich und dem Gegenüber zu verbinden, dann verwandeln sich Streit, Aggressivität, Wut oder Ärger in ein wertschätzendes Miteinander. Aufeinander zugehen ist wieder möglich, selbst nach langjährigen und tiefen Verletzungen.“** Aus diesem Erleben ziehe ich meine Kraft und Zuversicht. Und so teile ich mit Freude mein Wissen über die „Gewaltfreie Kommunikation“ mit anderen Menschen, so dass auch sie dies als Bereicherung in ihrem Leben erfahren können.

Herzliche Grüße



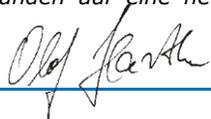
Als ich die „Gewaltfreie Kommunikation“ von einem Kollegen empfohlen bekam, habe ich das Thema aufgrund des Titels erstmal in die „soziale Psychoecke“ eingeordnet und ignoriert. Ein ganzes Jahr hat es gedauert, bis ich das Buch dann doch gelesen habe.

Nach der Lektüre habe ich mich sofort zu einem Einführungsseminar angemeldet, dann an einer Jahresausbildung teilgenommen, eine GfK-Trainerausbildung absolviert und ein Intensiv-Training bei Dr. Marshall B. Rosenberg in der Schweiz besucht.

Die Gewaltfreie Kommunikation hat meine innere Haltung gegenüber meinen Mitmenschen im privaten und beruflichen Umfeld stark verändert und zu tieferen, harmonischeren und klareren Beziehungen geführt.

Ich bin sicher, dass auch Sie einen großen Nutzen daraus ziehen werden und damit die Beziehungen zu Ihren Geschäftspartnern, Kunden, Mitarbeitern und auch zu Ihren Familienmitgliedern und Freunden auf eine neue Qualitätsebene heben werden.

Herzliche Grüße



Oft "Recht zu haben" macht nicht glücklich. Es ist belanglos, dass Du Recht hast, wenn Du die Menschen nicht erreichst. (Anja Palitza)



Anja Palitza



Olaf Hartke

Die meisten Menschen reden übereinander, gegeneinander, aneinander vorbei und drumherum – statt miteinander. (Olaf Hartke)

Anmeldung und Information:



Olaf Hartke

Dunlopstraße 9 ▲ D-33689 Bielefeld

Fon: 0049 (0)5205 7290525

www.lebenliebenlernen.info

Fax: 0049 (0)5205 7290527

olaf.hartke@erfolgsschritte.de



Gewaltfreie Kommunikation im Schnee



Ein Mensch, der den Gletschern nahe ist, bekommt schnell das Gefühl, einigermmaßen unbedeutend zu sein. (Marc Twain)

Begleiten Sie uns in das

„Alaska der Schweiz“

Hohgant-Hütte Februar/März 2019



staunen – genießen – freuen - lernen

Gewaltfrei leben...

...so heißt das Motto unseres 4-tägigen Aufenthaltes auf der Hohgant-Hütte (CH).

Es geht darum, die **Grundlagen der „Gewaltfreien Kommunikation“ (GfK)** kennenzulernen oder bereits vorhandene Kenntnisse zu vertiefen.

Durch **zwei Trainer (Anja Palitza & Olaf Hartke)** bei einer Gruppengröße von maximal 10 Personen ist sichergestellt, dass auf alle Fragen individuell geantwortet werden kann.

Für „Neueinsteiger gibt es am Anreiseabend einen „Crashkurs“ für die Grundlagen; für Teilnehmer mit Vorkenntnissen gibt es ein Angebot zur Vertiefung. Auf der Hütte kann dadurch gemeinsam geübt werden.

Bedingt durch den Freizeitcharakter des Seminars (**Schneeschuhaufstieg, Gipfelwanderung, gemeinsames Kochen und Bewirtschaften der Hütte**) wird es auch einige praktische Live-Gelegenheiten geben, bei denen Sie lernen können, aufrichtig zu sagen was Sie denken, ohne die Verbindung zu Ihrem Gegenüber zu verlieren.

Tauchen Sie ein, in die Sprachwelt der „Wölfe und Giraffen“ und **starten Sie eine Revolution in Ihrer Kommunikation. Oder kommen Sie mit, um mal wieder „gewaltfreie“ Luft zu atmen.**

Sie lernen und üben, ...

- ▲ ... die **Grundannahmen und Grundlagen** der GfK, ohne die ein tiefes Verständnis nicht möglich wäre.
- ▲ ... etwas über die „**innere Haltung**“, ohne die die GfK nur ein Werkzeug wäre.
- ▲ ... sich in **vier Schritten** aufrichtig und klar ausdrücken, ohne Andere zu verletzen oder zu manipulieren.
- ▲ ... auf **Vorwürfe und Forderungen nicht mehr mit Ärger zu reagieren**, sondern sie als Missverständnisse einer behelfsmäßigen Kommunikation zu sehen.
- ▲ ... **neue, erweiternde Modelle** und Kenntnisse über die Gewaltfreie Kommunikation anzuwenden.



Die Hohgant-Hütte

Eine der schönsten Blockhütten der Alpen liegt im Schweizer Naturschutzgebiet Seefeld-Hohgant in einer bezaubernden Berglandschaft, die wie gemacht ist, um vom Alltag abzuschalten und neue Energie zu schöpfen.

Die Hütte liegt auf 1.805 Metern und ist wundervoll einfach ausgestattet. Es gibt kein Telefon und keinen Mobilempfang. Das Wasser kommt aus dem Brunnen und wir heizen und kochen mit einem Holzofen.

Die Verpflegung wird selbst zubereitet und diese Beschäftigungen sind in Verbindung mit der gewaltfreien Kommunikation Gelegenheiten, in sehr kurzer Zeit andere Menschen intensiv kennenzulernen. Neben dem Lernen und Üben der Gewaltfreien Kommunikation bleibt noch viel Zeit für Spaß im Schnee, Freude und Geselligkeit.

Hinweis zum Hüttenaufstieg

Die Wanderung zur Hütte ist im Sommer ein einfacher Spaziergang. Im Winter dauert es etwa 3 Stunden und das letzte Drittel des Weges ist nur noch mit Schneeschuhen (ausleihbar) begehbar. Der Aufstieg mit Schneeschuhen und Rucksack (Ihr Gepäck für vier Tage) erfordert eine gewisse Grundkondition. Es erwartet Sie jedoch auch ein unvergessliches Erlebnis.



Gewaltfrei kommunizieren Ein Seminar unter besonderen Bedingungen

Zusatztermin 2019: Ein Highlight für Paare

Unter dem Motto **"Partnerschaft neu entdecken"** nehmen Sie an einem in 2019 einmaligen Event teil:

Das bedeutet für Sie, dass Sie 4 Tage in der verschneiten Schweizer Bergwelt eine Auszeit verbringen und gemeinsam mit der Partnerin/dem Partner auf Schneeschuhen zur Hohgant-Hütte wandern. Ziel ist es:

- ▲ den Alltag einmal komplett hinter sich lassen,
- ▲ die Partnerschaft von einer anderen Seite sehen,
- ▲ die eigene Kommunikation ganz neu entdecken
- ▲ neue Wege für eine harmonische Beziehung finden
- ▲ Konfliktlösungen mit hinunter ins Tal nehmen,
- ▲ die Partnerin/den Partner noch mehr lieben.



Inklusive
Übernachtung
und Voll-
pension

Termine 2019



Für Anfänger und Fortgeschrittene Speziell nur für Paare und Paarthemen

Anreise-Termin:
Freitag, 22.02.2018 bis 16.00 Uhr
Aufstieg zur Hütte: Sonnabend, 23.02.2018
Abstieg und Rückkehr: Dienstag, 06.03.2018
Seminar- und Hüttenpreis € 595,00 brutto



Für Anfänger und Fortgeschrittene, auch für Paare möglich

Anreise-Termin:
Mittwoch, 27.02.2018 bis 16.00 Uhr
Aufstieg zur Hütte: Donnerstag, 28.02.2018
Abstieg und Rückkehr: Sonntag, 03.03.2018
Seminar- und Hüttenpreis € 595,00 brutto

Der Preis

von 595,00 Euro versteht sich ohne Anreise, inklusive 19% Umsatzsteuer, inklusive Unterbringung und Vollpension im Hotel-Einzelzimmer am Abend der Anreise, inklusive Unterbringung und Vollverpflegung während des Aufenthaltes auf der Hohgant-Hütte.

Ausführliche Informationen, Fotos der letzten Jahre, Teilnehmerstimmen und Anmeldung finden Sie hier:

www.lebenliebenlernen.info