

STIMMEN ZUM SEMINAR

„Liebe Vera, dein Seminar hat meine Kommunikationswelt ein klein wenig auf den Kopf gestellt. Mit verschiedenen Übungen habe ich einen ganz neuen Blickwinkel auf meine Sprache erhalten. „Radikale Selbstverantwortung“ ist das treffende Schlagwort.“

Heiko aus Butzbach

„Es war ein Seminar, das bei mir einiges in Fluss gebracht hat und auch noch nachwirkt. Viele wertvolle Impulse, ich spüre deutlich, wie es in mir arbeitet.“

Sarah aus Frankfurt

„Hilfreich, interaktiv, berührend - eine perfekte Mischung aus Theorie und Praxis.“


Silvia aus Köln

AUCH NOCH WICHTIG

Der Anmeldeschluss ist 3 Wochen vor dem 1. Seminartag. Die Stornobedingungen lauten: 0 - 14 Tage vor dem 1. Seminartag 100 % der Seminarkosten, mehr als 14 Tage vor dem 1. Seminartag 50 % der Seminarkosten.

Dieses Seminar ist keine Psychotherapie und kann eine solche auch nicht ersetzen. Die Teilnahme geschieht eigenverantwortlich und setzt eine normale psychische Belastbarkeit voraus.

Und hier können Sie sich verbindlich anmelden:
info@elkendorf-coaching.de

 Vera Elkendorf
Ober den Birken 33
61440 Oberursel

0151/46525418
info@elkendorf-coaching.de



VERA ELKENDORF

Ihr Coach für mehr Lebensfreude



**Raus mit der Sprache!
Wie Sie lernen authentischer
zu kommunizieren.**

Seminar Flyer



SEMINARLEITERIN: VERA ELKENDORF

Vera Elkendorf ist 37 Jahre alt und lebt mit ihrem Mann in Oberursel. Sie coacht und trainiert seit 2011 Menschen zu allen Facetten der Persönlichkeitsentwicklung und des Konfliktmanagements mit dem Ziel, zu mehr Lebensfreude und zu einer authentischeren Kommunikation zu gelangen. Seminar-Teilnehmerinnen und -Teilnehmer sagen über sie: „Sie lebt was sie lehrt.“ In diesem Kompliment drückt sich für sie „Authentizität“ aus. Was Sie brauchen, um authentischer zu kommunizieren, lernen Sie in diesem Seminar.

FÜR MENSCHEN

- die Schwierigkeiten haben in Konflikten oder herausfordernden Situationen eine wertschätzende und klare Sprache zu finden,
- denen es schwer fällt ihre Bedürfnisse klar auszudrücken und zu sagen, wie sie sich fühlen oder was sie wollen,
- die schwer „Neinsagen“ können, oder nie gelernt haben gesunde Grenzen zu ziehen,
- **die stattdessen lernen wollen authentischer zu kommunizieren und wieder Freude am Miteinander-Reden finden wollen.**

WIE GELANGEN WIR DORTHIN?

Auf dem Weg zu einer authentischeren Kommunikation gliedert sich das Seminar in drei Bausteine: 1. Reflexion, 2. Methoden und 3. Praxistransfer.

Reflexion Ihres bisherigen Kommunikationsverhaltens, Analyse Ihrer kommunikativen Stärken und jener Bereiche, die Sie besonders fordern.

Methoden, die den Weg zu einer authentischeren Kommunikation nachhaltig bereiten. Vielfältige Übungen und Live-Demonstrationen, um den **Praxistransfer** sicherzustellen. Zur weiteren Vertiefung und Überleitung in den Alltag werden Übungstandems gebildet, die sich zwischen den Seminartagen gegenseitig begleiten und ihre Erfahrungen miteinander teilen.

Eingebettet von kleinen Übungen für mehr **Achtsamkeit**, werden so die maßgeblichen Stellschrauben für eine authentischere Kommunikation gestellt.

INSPIRIERT

Das Seminar basiert auf den folgenden Methoden: dem Kommunikationsquadrat von Friedemann Schulz von Thun, der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg und „The Work of Byron Katie“.

Erste Information zu diesen Methoden finden Sie im gleichnamigen Artikel: „Raus mit der Sprache - Methoden“ unter: www.elkendorf-coaching.de/artikel/raus-mit-der-sprache-methoden.html.

WAS SIE IM VORFELD WISSEN SOLLTEN

Es sind keine methodischen Vorkenntnisse erforderlich. Jedoch ist ein persönliches Vorgespräch (ca. 30 Min.) zur Klärung der Erwartungen Bestandteil des Seminars. Die Kosten für das telefonische Vorgespräch liegen bei 40,00 Euro.

WANN ES LOSGEHT

Das Seminar besteht aus drei Seminartagen (ca. 10 bis 18 Uhr). Um das Erlernte wirken zu lassen und im Alltag erste Erfahrungen zu sammeln, sind zwischen jedem Seminartag ein paar Wochen Abstand.

DIE TERMINE SIND:

(Änderungen vorbehalten)

1. Gruppe

1. Seminartag: Samstag, 06. April 2019,
2. Seminartag: Samstag, 04. Mai 2019,
3. Seminartag: Samstag, 15. Juni 2019.

2. Gruppe

1. Seminartag: Samstag, 31. August 2019,
2. Seminartag: Samstag, 19. Oktober 2019,
3. Seminartag: Samstag, 30. November 2019.

HIERMIT MÜSSEN SIE RECHNEN

	360,00 Euro	für alle 3 Seminartage
+	40,00 Euro	für das telefonische Vorgespräch
+	20,00 Euro	für das Skript
=	420,00 Euro	Gesamtbetrag

zu zahlen bis 14 Tage vor dem 1. Seminartag.

WO WIR REFLEKTIEREN, LERNEN UND ÜBEN WERDEN

(Änderungen vorbehalten)

Pfarrgemeinde St. Johannes der Täufer
Waldhohlstraße 18
61462 Königstein/Schneidhain