

Warsztat: Komunikacja empatyczna. Jak rozmawiać, by się dogadać?

To, co mówisz ma znaczenie. Słowa mają ogromną moc, mogą budować mosty albo mury, mogą służyć życiu i pogłębianiu relacji, bądź je niszczyć.

Choć od dziecka uczymy się mówić, okazuje się, że nieliczni z nas nauczyli się języka, który służy prawdziwemu porozumieniu i zbliża ludzi do siebie.

Jak więc się komunikować, jakich słów używać a z jakich zrezygnować, o czym i jak mówić, jak przyjmować i rozumieć to, co inni nam komunikują, by nawiązać prawdziwy, życiodajny kontakt z drugim człowiekiem (współmałżonkiem, dzieckiem itp.)?

Czego możesz się spodziewać na warsztacie „Jak rozmawiać, by się dogadać?”:

- dowiesz się, o co chodzi z tym językiem serca (zwanym Porozumieniem bez Przemocy z ang. Nvc Nonviolent Communication) wg. Marshalla Rosenberga i dlaczego właśnie ten sposób komunikacji służy porozumieniu (nawet w bardzo konfliktowych okolicznościach),
- przyjrzymy się ludzkiej emocjonalności, by odkryć, po co nam uczucia, jak nimi zarządzać, co robić w porwaniach emocjonalnych (swoich własnych i naszych bliskich),
- nauczysz się rozpoznawać jakie potrzeby (własne i innych) kryją się za emocjami, i zobaczysz, jak można o nich mówić bez poczucia winy czy lęku, jak szukać zdrowych sposobów zaspakajania potrzeb i co robić, gdy nie wszystkie i wszystkich potrzeby mogą być zaspokojone,
- odkryjesz, jakie są cztery sposoby radzenia sobie z trudnymi komunikatami (takimi jak krytyka, ocena, osąd, odmowa czy żądanie itp.)
- doświadczysz, jak Twoje słowo zmienia świat,
- i zobaczysz, co Komunikacja Empatyczna ma wspólnego z Ewangelią. ☺

Paralelnie do warsztatu dla dorosłych będzie prowadzone spotkanie dla dzieci, które poznają i ufamy, że zaprzyjaźnią się z pewną bardzo uroczą Żyrafką oraz nauczą się jej języka, który jest pełen empatii, otwartości na emocje i potrzeby, a także niezwykle pomocny w budowaniu dobrych relacji. ☺

Termin: 16.11.2019, godz. 10.00 – 16.00

Miejsce: salki parafialne przy kościele St. Cyriakus w Braunschweigu

Inwestycja w siebie: 35 EUR/za osobę

(jeśli przyprowadzisz ze sobą 2-gą osobę, wtedy dostaniecie 15% rabatu :-))

Dzieci: 10 EUR (za drugie dziecko z rodziny: 5,-, każde kolejne gratis)

Zgłoszenia do dn.: 04.11.2019 u Małgorzaty Teunis (mail: gerpol@mail.de)

Tel: 0176 56798876)

Prowadząca warsztat:

Joanna Mazurek

personal coach, trener Kompas Kariery I Pasjonatka Komunikacji Empatycznej (wg. M. Rosenberga)

w zgodzie ze sobą i w harmonii z innymi

tel.+48/530 430 183

kontakt@joannamazurek.pl

www.joannamazurek.pl

