

Empathie-werkstatt



GFK-Buch-Neuheit

Bedürfnis-Tankstelle
50 Bedürfnisse und über 500 Strategien
Inspirationen für die Gewaltfreie Kommunikation im Alltag

10 Bücher werden verlost

Liebe GFK-Interessierte

Mein erstes Buch ist da!

Angeregt zu diesem Buch habt Ihr mich! Immer wieder konnte ich in den Seminaren beobachten, wie schwer es fällt, für die neu entdeckten Bedürfnisse nach geeigneten Strategien zu suchen. Ich kenne diese «Betriebsblindheit» von mir selbst und ebenso das mögliche Vernachlässigen, um gar nicht erst ins Handeln zu kommen. Ja, manchmal ertappe auch ich mich bei einer willkommenen Ausrede ...

Mit dem Buch möchte ich aufzeigen, wie wegweisend es ist, die eigenen Bedürfnisse zu identifizieren und anzuerkennen. Ich habe über 500 individuelle Strategien für Euch zusammengestellt – eine Auswahl an Inspirationen – mit denen Ihr Eure gewohnheitsmässigen Handlungen auf Lebensdienlichkeit hinterfragen und gegebenenfalls verändern könnt. Mein Anliegen ist, dass Ihr Euch und Eure Bedürfnisse ernst nehmt, um «vollgetankt» ein zufriedenes Miteinander zu leben.

Das Buch hat 120 Seiten, einen kartonierten Einband, kostet CHF 18.– und ist ab sofort [HIER](#) erhältlich.

Eine Überraschung ist damit verbunden, zu der es Daumendrücken heisst. Denn das Glück ist für die Entschlussfreudigsten unter Euch mit im Spiel. Unter den ersten 20 Buchbestellungen werden 10 Exemplare gratis verlost ... Die Gewinner werden auf der Homepage unter [AKTUELL](#) bekannt gegeben. Viel Glück!

Herzlichst Eure

Uschi

gemeinsam feiern – sich verbinden – celebrate and keep in touch – gemeinsam feiern – sich verbinden

Save the date
JAHRESTREFFEN 2018
am 6. Oktober 2018 auf dem Arenenberg.

Empathie-werkstatt®
kommunikation ohne gewalt – die sprache, die brücken baut

1. EMPATHIE-WERKSTATT Jahrestreffen 2018

Zu unserem oben stehenden Motto sind alle Teilnehmenden der Empathie-Werkstatt-Seminare der vergangenen 7 Jahre herzlichst eingeladen. Es soll ein genussvoller Nachmittag werden, für Snacks und Getränke ist gesorgt. Wir freuen uns darauf, bekannte Gesichter wiederzusehen und ein sehr inspirierendes Programm vorzustellen, das unter anderem eine Giraffen-Vernetzung vorsieht. Anmeldung erforderlich.

Weitere Infos sowie die Anmeldemöglichkeit folgen...

Beliebte GFK-Hilfsmittel im (wölfischen) Alltag



Gefühle- und Bedürfniskarten-Set

Dieses Set enthält:
55 Bedürfniskarten / 55
Gefühlekarten
Booklet für die Anwendung
CHF 30.-
[Bestellung HIER](#)

Notfallkarten-Set «to go»

Dieses Set enthält:
Karte 1: Bedürfnis- und
Gefühlsliste
Karte 2: 4-Schritte-Modell /
4-Ohren-Modell
im Kreditkartenformat, plastifiziert
Verpackt im Organzasäckli,
wahlweise in silber oder pink
CHF 10.-
[Bestellung HIER](#)

Giraffengefühlekarten

*Mit Gefühlen & Bedürfnissen in Kontakt kommen.
Ein Kartenset für Kinder & Erwachsene.*
Dieses Set enthält:
50 Giraffengefühlekarten
Giraffenbedürfnisposter A3
Booklet für die Anwendung
CHF 40.-
[Bestellung HIER](#)



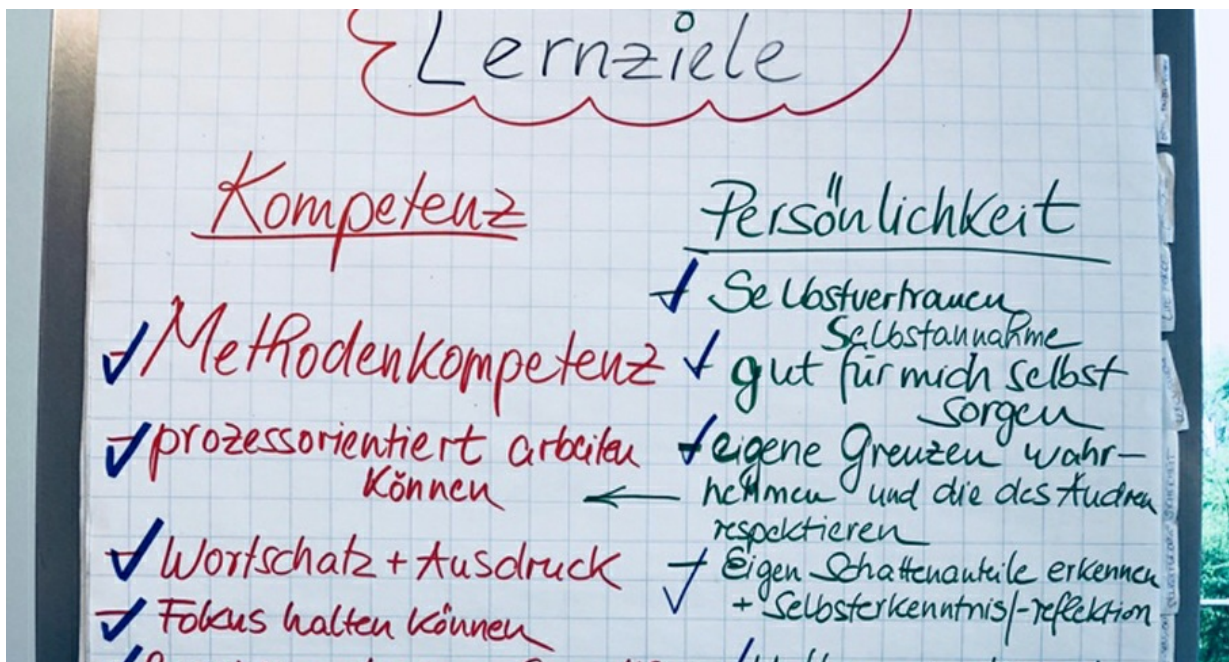
Mit diesem neuen Angebot möchten wir Euch die spirituelle Seite der GFK erlebbar machen. Der Zugang zu unserer wahren Natur und zur inneren Weisheit wird inspiriert und gefördert, damit uns das Abrufen und der Transfer im Alltag leichter gelingt. [Mehr Infos HIER.](#)

Save the date

Vierte Fachtagung vom Fachverband Gewaltfreie Kommunikation
am 29. Juni 2019 in Stuttgart. www.fachverband-gfk.org



Wiederum ein neues Angebot mit welchem wir der wachsenden Nachfrage nach einem regelmässigen «Empathie-Muskel-Training» entgegenkommen möchten. Schliesslich ist die Haltung der Gewaltfreien Kommunikation im Alltag nicht einfach «da», sondern möchte immer wieder trainiert und erprobt werden. [Mehr Infos HIER.](#)



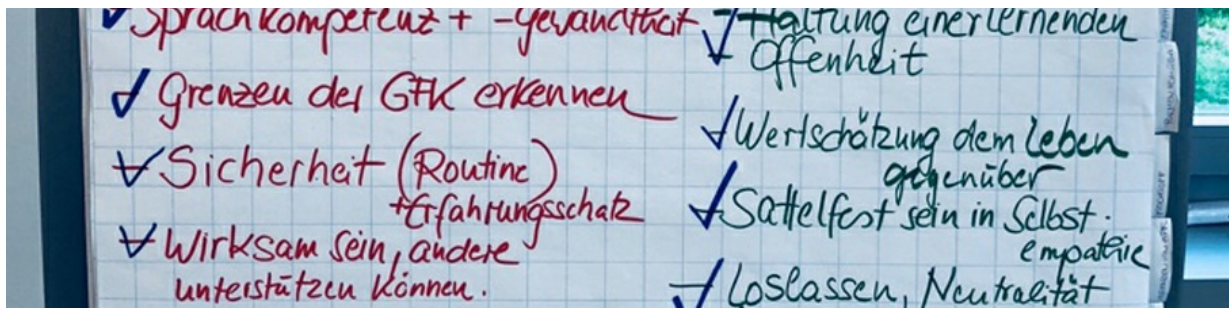


Bild: Lernziele der Teilnehmenden vom Empathischen Counseling (Juli 2017 - Mai 2018)

Die nächsten Termine der Empathie-Werkstatt:

Grundlagenseminar

Im 2-tägigen Grundlagenseminar lernen Sie das Modell der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg kennen und üben die praktische Umsetzung. Durch dieses Kommunikationsmodell werden Sie im Alltag auch in schwierigen Gesprächssituationen handlungs- und entscheidungsfähiger.

Termine:

(Sa./So.) 30. Juni/1. Juli 2018
 (Sa./So.) 22./23. September 2018
 (Sa./So.) 13./14. Oktober 2018
 (Sa./So.) 24./25. November 2018

[Ausschreibung HIER](#)

[Anmeldung HIER](#)

GFK-Themenseminar: Glaubenssätzen empathisch begegnen

«Ich bin nicht liebenswert.» «Ich schaffe es nicht.» «Das Leben ist ein Kampf.» In diesem 4-tägigen Themenseminar widmen wir uns solchen und anderen Glaubenssätzen, die in uns fest verankert sind. Mit der Arbeit an Glaubenssätzen stärken wir unsere Basis: Uns selbst, unser Selbstbewusstsein, unsere Freiheit.

Termine:

(Di.-Fr.) 13.- 16. November 2018
 (Di.-Fr.) 5. - 8. März 2019
 (Di.-Fr.) 1. - 4. Oktober 2019

[Ausschreibung HIER](#)

[Anmeldung HIER](#)

[Film anschauen](#)

Vertiefungsseminar 2018/19 (Es ist noch 1 Platz frei)

Dieses 15-tägige (5x 3 Tage) Vertiefungsseminar richtet sich an alle, welche sich im Kontakt zu sich und anderen mehr Einfühlung und Verständnis wünschen sowie die empathische Haltung in ihr Leben weiter integrieren möchten. Durch die echte und verständnisvolle Kommunikation mit sich selber und anderen entstehen mehr Freiheit, Leichtigkeit und Handlungsspielraum.

Termine:

(Fr.-So.) 22. - 24. Juni 2018
 (Fr.-So.) 31. Aug. - 2. Sept. 2018
 (Fr.-So.) 26. - 28. Oktober 2018
 (Fr.-So.) 7. - 9. Dezember 2018
 (Fr.-So.) 22. - 24. Februar 2019

[Ausschreibung HIER](#)

[Anmeldung HIER](#)

[Film anschauen](#)

Einführungsseminar

Im insgesamt 8-tägigen Einführungsseminar (4x 2 Tage) werden in regelmässigen Abständen die Grundlagen vertieft, damit die Haltung der Gewaltfreien Kommunikation in den Alltag integriert werden kann. Sie erweitern Ihre Fähigkeit zur Empathie - sich selbst und anderen gegenüber - und gewinnen an Sicherheit in der Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation.

Termine **2. Halbjahr 2018 (Warteliste):**

(Sa./So.) 25./26. August 2018
 (Sa./So.) 29./30. September 2018
 (Sa./So.) 3./4. November 2018
 (Sa./So.) 1./2. Dezember 2018

Termine **1. Halbjahr 2019:**

(Sa./So.) 26./27. Januar 2019
 (Sa./So.) 2./3. März 2019
 (Sa./So.) 13./14. April 2019
 (Sa./So.) 18./19. Mai 2019

Termine **2. Halbjahr 2019:**

(Sa./So.) 24./25. August 2019
 (Sa./So.) 21./22. September 2019

(Sa./So.) 2./3. November 2019

(Sa./So.) 7./8. Dezember 2019

[Ausschreibung HIER](#)

[Anmeldung HIER](#)

Dyaden-Retreat

Die in dem 2-tägigen Retreat angewendeten Dyaden sind Meditationen zu zweit, in der sich eine Person mit der lebendigen Energie eines Bedürfnisses verbindet, während die andere Person mit stiller Präsenz dabei ist.

Termin:

(So./Mo.) 9./10. September 2018

[Ausschreibung HIER](#)

[Anmeldung HIER](#)

Empathisches Counseling 2019

Die 18-tägige (6x 3 Tage) Ausbildung «Empathisches Counseling» richtet sich an Menschen, die eine berufliche oder private Weiterbildung anstreben, unabhängig von ihrer Branche und ihrem Aufgabenbereich. Unsere Ausbildung steht allen Fortgeschrittenen in GFK offen, welche im Umgang mit den vier Schritten geübt und bereit für die ganzheitliche Betrachtung eigener Themen sind. Idealerweise setzen Sie sich mit der GFK seit mehreren Jahren auseinander oder haben an unserem 15-tägigen Vertiefungsseminar teilgenommen.

Termine:

(Fr.-So.) 14. – 16. Juni 2019

(Mi.-Fr.) 28. – 30. August 2019

(Fr.-So.) 25. – 27. Oktober 2019

(Mi.-Fr.) 11. – 13. Dezember 2019

(Fr.-So.) 21. – 23. Februar 2020

(Mi.-Fr.) 15. – 17. April 2020

[Ausschreibung HIER](#)

[Anmeldung HIER](#)

Der Newsletter ist exklusiv für die Teilnehmenden meiner Seminare und erscheint ca. 3x jährlich.
Ich freue mich über Anregungen, Fragen und Kritik von Euch!

Herzliche Grüsse

Eure Uschi

Impressum:

[Empathie-Werkstatt](#)

[Uschi Kellenberger](#)

Anerkannte Trainerin Fachverband Gewaltfreie Kommunikation ®

Wydenhagweg 624 | 8262 Ramsen | Schweiz | Telefon: +41 (0)44 941 92 04 | Mobil: +41 (0)78 646 25 04
kontakt@empathie-werkstatt.ch

Wenn Du den Newsletter nicht mehr erhalten möchtest, kannst Du ihn einfach hier abbestellen:

[Newsletter abbestellen](#)