



Andreas Basu, Trainer CNVC

Jahrgang '64, verheiratet und Vater eines Sohnes,
Dipl.-Ing., Karriere in Führungspositionen
in der IT und Telekommunikation,
seit 2002 Trainer in der Erwachsenenbildung,
Schwerpunkte Persönlichkeitsentwicklung
und Beziehungs- und KonfliktIntelligenz,
zertifizierter Trainer CNVC, Leadtrainer CNVC

Teilnehmerstimmen

"Ich danke Dir von Herzen für das Seminar und die vielen Anregungen, die ich daraus entnehmen konnte. Es hat mich sehr berührt, wie aufrichtig und zugewandt Du mit uns Teilnehmerinnen warst. Mein Leben ist dadurch wieder ein Stück reicher geworden. Danke!" Sabine T.

"Zum ersten Mal merke ich, dass ich doch Gefühle habe. Ich fühle und ich lebe. Vielen Dank!" Manfred B.

"Deine Offenheit und Präsenz mit dem was in dir gerade lebendig ist hat mich sehr berührt, denn es hat eine tiefe Sehnsucht in mir angesprochen, da sein zu dürfen mit dem was mich bewegt. Das habe ich zuvor bei keinem anderen Trainer so erlebt und mir war klar, das ist es was ich leben möchte. Bis dahin hat mir ein Vorbild bzw. eine Idee gefehlt wie das gehen könnte, du hast es mir gezeigt."

Antje T.

"Genial! Danke!" Sinje S.

Organisatorisches

Termine und Zeiten in 2018

07./08. April 2018

16./17. Juni 2018

22./23. September 2018

20./21. Oktober 2018

Kursdauer jeweils: Sa 09–18:30 / So 9–17 Uhr

freie Plätze siehe www.basu.de
Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen

Seminarkosten

245,- Euro für Privatpersonen,
570,- € für Teilnehmer deren Arbeitgeber bezahlt.
Im Preis enthalten sind Seminarunterlagen in
Farbdruck und der TaschenGuide
„Gewaltfreie Kommunikation“ von Andreas Basu.

Seminarort

Stadtteilzentrum Neuperlach, Therese-Giehse-Allee 69,
81739 München, S-/U-Bahn Haltestelle Neuperlach-Süd

Anmeldung und Platzreservierung

Teilnahmevoraussetzung: keine

Wir bitten um eine frühzeitige Anmeldung. Mit der
Anmeldung und der Bezahlung ist der Seminarplatz ver-
bindlich reserviert.

Anmeldung bitte über www.basu.de

Andreas Basu, Bahnhofplatz 3, 82054 Sauerlach,

Tel: 0170 3454 741, Fax: 08104 - 888 641

Rücktrittsregelung

Wenn Sie das Training absagen, ist das bis 4 Wochen vor
Beginn kostenfrei. Ab dem 28. bis zum 15. Tag wird die
Hälfte der Kursgebühr einbehalten, ab dem 14. Tag vor
Seminarbeginn, bei Nichterscheinen oder vorzeitigem
Verlassen ist die volle Kursgebühr fällig. Falls Sie einen
Ersatzteilnehmer stellen ist dies kostenfrei.

Haftung

Anspruch auf Schadensersatz im Zusammenhang mit
der Teilnahme an den Seminaren besteht nicht, es sei
denn, der Veranstalter oder die Leiter haben vorsätzlich
oder grob fahrlässig gehandelt. Wird eine Veranstaltung
wegen zu geringer Teilnehmerzahl, Erkrankung des Se-
minarleiters oder anderer wichtiger Gründe abgesagt,
wird die vorausgezählte Teilnahmegebühr erstattet.

Weitere Ansprüche sind ausgeschlossen.

GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

EINFÜHRUNGSKURSE



WIE BEZIEHUNGEN GELINGEN



ANDREASBASU
Menschen erreichen - Zukunft gestalten



Was ist Gewaltfreie Kommunikation?

Immer wieder erleben wir, wie schwierig es ist, Probleme zu lösen und Konflikte auszutragen ohne sich gegenseitig zu beeinträchtigen oder zu verletzen.

- Möchten Sie in emotional schwierigen Momenten öfter Souveränität und Ruhe bewahren?
- Würden Sie gerne Vorwürfe und Kritik weniger persönlich nehmen?
- Fragen Sie sich, wie Sie mit Ihrem Ärger umgehen können ohne Ihre Beziehung zu riskieren?
- Stellen Sie sich manchmal die Frage, wie Sie Ihren Handlungen mehr Integrität geben können?

Wenn Sie einige Fragen mit „ja“ beantworten ...

... bietet die Gewaltfreie Kommunikation einen Weg, um diese oft schon alten und manchmal schmerzhaften Fragen endlich aufzulösen.

Unserer Sprache kommt dabei eine so große Bedeutung zu, weil unser Verhalten ein Spiegel unserer (inneren) Sprache ist.

Worte können dabei wie Fenster oder Mauern sein.

WIE BEZIEHUNGEN GELINGEN

Emotionale Intelligenz beruht im Wesentlichen auf der Fähigkeit Konflikte konstruktiv auf Augenhöhe lösen zu können. Machen Sie sich vertraut mit den 4 zentralen Elementen, die Menschen jenseits von Alter, Geschlecht, Kultur und Religion auch in schwierigen Situationen verbinden. Sie durchbrechen Ihre bisherigen Denk- und Verhaltensmuster des Sich-rechtfertigens, Sich-zurückziehens oder Angreifens und kommen in einen lebensdienlichen Kontakt mit Ihren Mitmenschen.

WAS SIE HIER MITNEHMEN

Sie lernen Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken ohne ihr Gegenüber zu beschuldigen, zu bewerten oder zu kritisieren. Sie erfahren, wie Sie Bitten formulieren ohne anderen zu drohen, sie zu manipulieren oder zu erpressen. Wir zeigen, wie Sie Vorwürfe, Kritik und Forderungen nicht mehr persönlich nehmen, sondern die unausgesprochenen Gefühle und Bedürfnisse, die hinter diesen Aussagen stehen, wahrnehmen. Auf dem Weg hin zu einer Konfliktlösung geben Sie weder Ihr Anliegen auf, noch setzen Sie die Beziehung zu Ihren Mitmenschen aufs Spiel.



Sich wieder spüren ...



und die Sonne herein lassen

DIE INHALTE

Die Haltung und das Ziel der Gewaltfreien Kommunikation. Die zwei Bereiche des gewaltfreien Beziehungstanzes und seine vier Elemente. Umgang mit Ärger. Beobachtungen von Interpretationen und Bewertungen unterscheiden. Wie Gefühle entstehen. Gefühle aussprechen ohne bewertende Gedanken hinzu zu mischen. Bedürfnisse von Strategien abgrenzen. Bitten statt Forderungen. Kriterien für chancenreiche Bitten. Die vier Möglichkeiten schwierige Botschaften zu hören. Verantwortlichkeiten in Konflikten trennen - Souveränität gewinnen.



Klarheit gewinnen ...



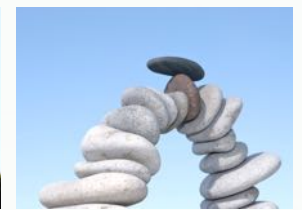
und den Sprung wagen

DAS TRAINING

Wir vermitteln Ihnen die Haltung, die Methode und die wichtigsten Schlüssel anhand Ihrer eigenen konkreten Beispiele. Ihre Eigenerfahrung können wir nicht ersetzen, deswegen wechseln sich Austausch im Plenum ab mit Übungen in Kleingruppen-, Partner- oder Einzelarbeit. Rollenspiele mit Situationen aus Ihrem eigenen Leben zeigen Ihnen, wie die Anwendung funktioniert.



Spaß haben beim Lernen ...



mit-, durch und von einander