



Verstehen und verstanden werden – ein Kommunikationstraining

«Manchmal weiss ich erst im Nachhinein, was ich hätte sagen wollen.»

Mit den Theorien der Transaktionsanalyse kann das eigene Kommunikationsverhalten reflektiert werden. So können hindernde Muster erkannt und reduziert und neue Kommunikationsweisen erprobt werden.

Dieser Kurs richtet sich an Jene, die ihr Kommunikationsverhalten in die gewünschte Richtung verändern möchten. Es geht dabei weniger um die «theoretisch richtigen Sätze», sondern vielmehr um das Vertrauen in die eigene Herzenssprache, die befreit ist von (alten) Blockaden.

Ziel

Klar kommunizieren auch in Konfliktsituationen

Methoden

- ✓ Theorieinputs aus der Transaktionsanalyse und dem Konzept von Thomas Gordon
- ✓ Austausch in der Gruppe
- ✓ Imagination (sich vorstellen, wie es sein könnte)

Daten Jahreskurs 5 Donnerstag Abende
25. 4. | 16.5. | 27.6. | 12.9. | 17.10.

Jeweils von 19.00 bis 21.30 Uhr

Leitung / Anmeldung Helena Weingartner Brunner

Eidg. Dipl. psychosoziale Beraterin, Ausbildungen: Gordon-Training, Erwachsenenbildung, Transaktionsanalyse

Kosten

Fr. 250.- für 5 Kurseinheiten

