

ZIELGRUPPE



Unser Kursprogramm

Intensiv-Kommunikation Training

ist an Alle gerichtet, die bemerken, dass oftmals Gespräche nicht so verlaufen, wie erhofft oder erwartet, gerade dann, wenn unterschiedliche Meinungen und Ansichten aufeinander treffen.

Es ist dabei egal, ob Eltern einen besseren Zugang zu ihren Kindern erhalten möchten, ob Lebenspartner miteinander das Gespräch auf Augenhöhe suchen, ob Vorgesetzte mit ihren Mitarbeitern, oder umgekehrt, oder ob Arbeitskollegen untereinander ein Fachgespräch oder Personalgespräch führen möchten.

Für Jeden ist das entsprechende Thema dabei und es findet sich die passende Lösung.

KURSDetails

Der Kurs umfaßt 13 Abende und findet in unseren Praxisräumen, sowohl in Germering als auch in Rohrbach, statt.

Jeder Kurstag beginnt um 19.00 Uhr und endet gegen 22.00 Uhr. Die Teilnehmerzahl eines Kurses liegt zwischen 6 Personen (mindestens) und 10 Personen (maximal).

Die vollständigen Kursunterlagen erhalten Sie als Dokumentation begleitend zu den Themenbereichen. Eine Bestätigung über die Teilnahme und den Inhalt überreichen wir Ihnen am Ende des Kurses in Form eines Zertifikates.

Den nächsten Kursbeginn finden Sie direkt und aktuell auf unserer Homepage, dort können Sie sich auch direkt anmelden.

www.intensiv-kommunikation.training

ARIANE POLZIN

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Kommunikationstraining und Coaching

Gambach 23
85296 Rohrbach

Telefon: 08446 - 81 79 969

Email: a.polzin@intensiv-kommunikation.training



„Unsere Kurse orientieren sich an den Methoden von Marshall B. Rosenberg (Gewaltfreie Kommunikation). Sie lernen die Verantwortung für eigene Gedanken, Gefühle und Handlungen zu übernehmen, um so in eine klare und einfühlsame Sprache zurück zu finden. Sie erfahren, wie es möglich ist, einen guten Kontakt zueinander zu haben, in dem Jeder das bekommt, was er sich wünscht.“

ANDREA ZERELLES

Kommunikationstraining und Coaching

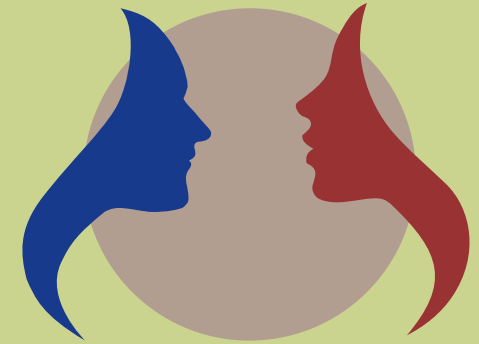
Am Wasserwerk 6
85296 Rohrbach

Telefon: 08 442 / 96 444 93

Email: a.zerelles@intensiv-kommunikation.training



„Die Kurse zeigen in Theorie und Praxis, wie alte Handlungsmuster aufgelöst werden können. Sie lernen zu beobachten, ohne zu bewerten. Sie werden sensibilisiert für Ihre Gefühle und lernen, wie Sie Ihre Gefühle ausdrücken können, ohne den Anderen zu verletzen und Sie erfahren, wie eine Bitte konkret formuliert werden kann. In diesen Kursen lernen Sie Methoden kennen, mit deren Hilfe der Weg frei wird, hin zu einer gelingenden Kommunikation.“



Ariane Polzin & Andrea Zerelles

Intensiv-Kommunikation Training



Intensivkurs nach Marshall B. Rosenberg
www.intensiv-kommunikation.training



Wenn wir uns in unserer Sprache beobachten,
schon in ganz alltäglichen Situationen,
stellen wir fest, dass unser Gegenüber
das Gesagte oft nicht so versteht,
wie wir es meinen.

Missverständnisse entstehen und führen zu Konflikten.

Das Ergebnis zeigt sich in Gefühlen wie Groll,
unverstanden sein, bis hin zum sich einsam oder verletzt fühlen.

Wünsche werden zu Forderungen, Meinungen zu Bewertungen,
natürliche Grenzen suggerieren böse Absichten und andere
Wertvorstellungen werden als Fehlverhalten interpretiert.

Schweigen und Distanz werden zum Machtmittel und verletzen.
Keiner bekommt, was er eigentlich möchte.

„Es geht auch anders!“

Sie können lernen, diese Situationen zu meistern und jedes
Gespräch mit einem guten, zumindest aber mit keinem schlechten
Gefühl zu beenden.

Nehmen Sie sich die Zeit und lernen Sie, in Ihrer Kommunikation
erfolgreich zu sein.

Die gewaltfreie Kommunikation soll es Menschen ermöglichen, so
miteinander umzugehen, dass der Kommunikationsfluss zu mehr
Vertrauen und Freude am Leben führt.

Im Vordergrund steht nicht, andere Menschen zu einem
bestimmten Handeln zu bewegen,
sondern eine wertschätzende Beziehung zu entwickeln.



Ariane Polzin & Andrea Zerelles Intensiv-Kommunikation Training

Kommunikation auf Augenhöhe
- dass es geht - und - wie es geht -
zeigt Ihnen unser Team, Mutter und Tochter, zwei Generationen mit
differenzierten Ansichten, Erfahrungen und Lernansätzen.
Gemeinsam vermitteln wir die Theorie der Kursthemen
und üben das Erfahrene in der Praxis, mit Hilfe von Rollenspielen.



KURSinHALTE

Bedürfnisse und Ärger ausdrücken
Sich selbst Empathie schenken
Gewaltfrei unterbrechen und für sich selbst eintreten
Die beschützende Anwendung von Macht
Empathisch aufnehmen, Empathie für andere
Beobachten ohne zu bewerten
Mit Angriff umgehen, eine konkrete Bitte formulieren
Körpersprache in der Kommunikation
Wertschätzung, Dankbarkeit, von Herzen geben
Sich selbst und den anderen freilassen
Kommunikationskiller, was stört die Kommunikation

KOMMUNIKATIONS- COACHING IM UNTERNEHMEN



Auf Grund der gestiegenen Nachfrage aus Unternehmenskreisen,
haben wir unser Kursprogramm erweitert und dieses Angebot
speziell auf die Belange und Bedürfnisse von Firmen abgestimmt.

Wir vermitteln dabei die selben Kursinhalte, wie bei unseren
Intensiv-Kommunikations-Kursen für Privatpersonen,
denn der Erfolg der „Coachingmaßnahme“ beruht auf der
vollständigen Durchführung unseres strukturiert aufgebauten Kurses.
Inhaltlich sind die Kursthemen an die vom Unternehmen
gewünschten Bereiche angelehnt. Auch die Rollenspiele sind
unternehmenorientiert und unterstützen und stärken so
die Mitarbeiter in ihren betrieblichen Aufgaben.

Diese Kurse finden meistens vor Ort statt,
z.B. in einem geeigneten Raum innerhalb des Firmengeländes,
einem Konferenzraum in Firmennähe, oder auch auf Wunsch
in unseren Kursräumen in Germering und Rohrbach.

Terminlich stimmen wir die Kurse mit den Vorgaben
des Unternehmens ab. Sowohl der Zeitpunkt, als auch der zeitliche
Rhythmus können dabei individuell vereinbart werden.

„Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Haben Sie noch Fragen?“

info@intensiv-kommunikation.training

