

# Erfolgreich kommunizieren

für lebendige Beziehungen

**Konflikte lösen.**

**Wertschätzend miteinander umgehen.**

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg



## Markus Asano

Trainer für Gewaltfreie Kommunikation  
Magister Philosophie

### Ausbildung

Studium der Philosophie  
Studium der Psychologie  
Studium der Religionswissenschaften  
Ausbildung zum Kundalini Yoga-Lehrer  
Fachausbildung in Gewaltfreier Kommunikation  
Internationales Intensiv-Training mit Marshall Rosenberg, dem Begründer der Gewaltfreien Kommunikation

### Ihre Vorteile:

Praktische Übungseinheiten anhand eigener Beispiele

Trainieren spezieller Gesprächssituationen aus Ihrem Alltag

abwechslungsreiche Mischung aus Theorie, Einzel- und Gruppenübungen, Rollenspielen und persönlichem Feedback.

☎ 040 - 298 124 08  
info@gewalt-freie-kommunikation.de

## Mit Gewaltfreier Kommunikation...

- » sagen Sie offen, ehrlich, deutlich, was Sie bewegt.
- » hören Sie die hinter den Aussagen liegenden Bedürfnisse heraus.
- » werden Sie souverän im Umgang mit Vorwürfen und Forderungen.
- » setzen Sie sich für Ihre eigenen Anliegen ein **und** für die Bedürfnisse der anderen Seite.
- » finden Sie Win-Win-Lösungen für alle Beteiligten.
- » gehen Sie bewusster und einfühlsamer mit sich selbst um.
- » gewinnen Sie an lebendigen, erfüllenden und wertschätzenden Beziehungen – privat und im Beruf.

Kursprogramm Juni 2011 - Mai 2012

97%

aller Kursteilnehmer/innen empfehlen die Trainings von Markus Asano weiter.

## Gewaltfreie Kommunikation

- » Der erfolgreiche und wertschätzende Umgang miteinander.
- » Leichtes und friedliches Lösen von Konflikten.
- » Ein lebendiger Kommunikations- und Informationsfluss.
- » Ein hoch wirksamer Prozess, der tiefe Verbundenheit erzeugen kann.
- » Der gemeinsame Fokus auf die Bedürfnisse aller Beteiligten.
- » Der Verzicht auf Vorwürfe und Schuldzuweisungen.
- » Das Verwandeln automatischer Reaktionen in bewusste Antworten.
- » **Der Schlüssel zu erfolgreichen Beziehungen, privat und im Beruf.**

### Teilnehmerstimmen

„Markus ist ein Dozent, dem ich von ganzem Herzen glaube, was er sagt, weil es bei ihm nicht nur Worte sind, sondern er den „Inhalt“ von GFK lebt und liebt. Der Kurs fand in einer sehr behutsamen, liebevollen und humorvollen Atmosphäre statt.“

„Es ist erstaunlich, wie grundlegend man die eigene Kommunikation überarbeiten und verbessern kann: Klartext, ohne rote Knöpfe zu drücken. Die Inhalte wurden sehr praktisch vermittelt und am meisten begeistert mich, wie sehr ich in meiner Partnerschaft von dem Seminar profitiere. Vielen Dank!“

## Einführungs Kurse

Kurse beginnen:

01 NOV | 06 MÄR

8 Dienstag-Abende  
von 20:15 - 22:00

Investition:  
159 Euro  
139 Euro Frühbuche Preis

25 AUG | 12 JAN | 10 MAI

8 Donnerstag-Abende  
von 18:00 - 19:45

Investition:  
159 Euro  
139 Euro Frühbuche Preis

## Einführungs Workshops

18 JUN | 15 OKT | 10 DEZ | 11 FEB

Samstag 10:00 - 18:30

Investition:  
90 Euro  
79 Euro Frühbuche Preis

17 SEP | 12 NOV | 14 JAN | 10 MÄR

Samstag 10:00 - 18:00

Sonntag 10:00 - 17:00  
Investition:  
170 Euro  
149 Euro Frühbuche Preis

## Themen Workshops

Sonntags | 10:00-18:30 | Investition: 90 Euro

19. Juni Wut und Ärger konstruktiv wandeln

11. Dez. NEIN-Sagen & NEIN-Hören

12. Februar Einfühlsam mit sich selbst kommunizieren

### Weitere Angebote

Übungsgruppen  
Aufbaukurse  
Intensiv-Trainings  
Jahrestaining  
Empathisches Coaching  
Konflikt-Klärung

finden Sie auf meiner Website