



## Gewaltfreie Kommunikation

# Refresher-Nachmittag

Mit Barbara Roshan

Sonntag, 30. November 2025

14:00 – 18:00 (Rahmenzeit)  
4 Trainingseinheiten á 45 min

Bildungshaus Sodalitas  
Propsteiweg 1, 9121 Tainach.  
Hr. Korpitsch, Tel. 0676-87727211

### Voraussetzung

Besuch eines GFK-Einführungsworkshops.

### Finanzieller Ausgleich

€ 120,- inkl. 20% Ust. für Privatzahlende  
€ 96,- inkl. 20% Ust. Earlybird,  
d.h. gesamte Einzahlung bis 30.10.2025  
€ 180,- inkl. 20% Ust für Unternehmende und  
bei Übernahme durch den Arbeitgeber

Stornobedingungen siehe [www.roshan.at](http://www.roshan.at)  
Anzahl Teilnehmende: 6-12 Personen

### Anmeldung

Per E-Mail an [office@roshan.at](mailto:office@roshan.at) und  
Überweisung des Beitrags.

Für die Zertifizierung nach dem CNVC  
und dem dt. Fachverband anrechenbar.

[www.roshan.at](http://www.roshan.at) - [gewaltfrei.at](http://gewaltfrei.at) - [cnvc.org](http://cnvc.org)

### Vorschau weitere Termine:

Werden demnächst angekündigt

*„Wir können unser Leben wundervoll  
oder leidvoll für uns und für andere machen,  
je nachdem wie wir denken  
und kommunizieren.“*

M. Rosenberg

Die Gewaltfreien Kommunikation zu erlernen stellt uns vor ähnliche Herausforderungen wie das Erlernen eines neuen Bewegungsmuster oder einer Fremdsprache. Die Refresher Nachmittage haben einerseits zum Ziel, das **Bewusstsein für die Haltung und die Grundprinzipien der GFK zu stärken** und andererseits die **Anwendung der Methode** immer besser in den **Alltag zu integrieren**. Es ist außerdem eine Gelegenheit „Giraffen-Energie“ – **die nährende Qualität von Einfühlung und Verbindung** – zu tanken.

### Mögliche Themen:

- Empathisch auf Menschen einzugehen ohne ihre Meinung damit anzunehmen.
- Irritationen wie Kritik, Vorwürfe oder Schuldzuweisungen aufzuklären.
- Klare Bitten zu formulieren anstelle von frommen Wünschen oder Forderungen.
- Konstruktiv den eigenen Ärger oder die eigene Dankbarkeit auszudrücken ohne Manipulation.
- Lähmende Konflikte in produktive Lernchancen umzuwandeln.

Ich bitte darum, Themenwünsche bereits bei der Anmeldung bekanntzugeben. Diese werden so weit wie möglich berücksichtigt.

*Herzlich willkommen!*

*Barbara Roshan*

[www.roshan.at](http://www.roshan.at)  
[office@roshan.at](mailto:office@roshan.at)

