



Barbara
Roshan

Gewaltfreie Kommunikation

Einführungsworkshop

Mit Barbara Roshan

30. Januar – 1. Februar 2026

Fr. 14:00 – 18:00, Sa. 9:00 – 18:00 und
So. 9:00 – 13:00 (Rahmenzeiten)

Bildungshaus Sodalitas

Propsteiweg 1, 9121 Tainach.
Tel. 04239 2642

Finanzieller Ausgleich

€ 350,- bis 590,- inkl. 20% Ust.
für Privatzahlende nach individueller
Selbsteinschätzung und innerer Bereitschaft.
(Mit einem höheren Beitrag werden
Menschen unterstützt, die weniger Geld zur
Verfügung haben.)

€ 280,- inkl. 20% Ust. Earlybird (gesamte
Einzahlung bis 1.1.2026)

€ 520,- inkl. 20% Ust. für Unternehmende und
bei Übernahme durch Arbeitgeber

Exkl. Kosten für Übernachtung & Essen.
Stornobedingungen: www.roshan.at

Anmeldung

Per E-Mail an office@roshan.at und
Überweisung einer Anzahlung von € 50,-
Restbetrag bitte bis 16.1.2026.

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

Anzahl Teilnehmende: 8-10 Personen
Anzahl Übungseinheiten á 45 min: 16

Weitere Infos: 0676-89808531.
www.roshan.at - gewaltfrei.at - cnvc.org

*„Willst Du recht haben oder glücklich sein?
Beides zusammen geht nicht.“*

Im Kern geht es bei der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) nach M. Rosenberg um Verbindung und Zusammenarbeit. Im Workshop werden die wichtigsten Grundprinzipien und Werkzeuge der GFK Schritt für Schritt praxisnah, abwechslungsreich und gehirngerecht eingeführt. Die unmittelbare und verblüffende Wirksamkeit von Haltung und Methodik wird an Hand von eigenen Beispielen aus dem beruflichen und privaten Alltag der Teilnehmenden erlebbar gemacht.

Ziele

Kommunikationsblockaden erkennen und vermeiden lernen.

Klare Beobachtungen formulieren anstelle von (Be- und Ab-)Wertungen und Interpretationen - die gemeinsame Basis finden.

Gefühle bei sich selbst und anderen wahrnehmen und mit den dahinterliegenden **Bedürfnissen** in Verbindung bringen. **Herausforderungen** - insbesondere Beziehungskonflikte - **auf der Bedürfnisebene verstehen**.

Konkrete und erfüllbare Bitten von frommen Wünschen und Forderungen unterscheiden lernen.

In einer Gruppe Gleichgesinnter **aufrichtige, einfühlsame Begegnungen erfahren** und gemeinsam in einem sicheren Rahmen lernen.

Herzlich willkommen!

Barbara Roshan

