

## Information kompakt

**Seminarleitung:** Lydia Kaiser

**Termine:** 15. Oktober, 25. November 2023,  
jeweils 10:00 - 17:00 Uhr

**Ort:** IndiTO, Estermannstr. 204, 53117 Bonn

**Kosten:** 120,00 Euro (Einzelbuchung), 220,00 €  
bei Buchung als Gesamtpaket

**Kurs-Nr.:** 2323169 (Oktober), 2223170  
(November)

Anmeldung online möglich unter:  
[www.indito.de](http://www.indito.de) [Seminarprogramm]

## Rücktrittsbedingungen und Stornokosten

Treten Sie bis 4 Wochen vor Seminarbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 20,00 Euro. Bei einem Rücktritt bis 2 Wochen vor Beginn werden 50% der Seminargebühren fällig, danach wird der Gesamtbetrag einbehalten/nachgefordert.

Bei Nichtteilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung.

Falls wir die Veranstaltung absagen müssen, geben wir Ihnen so früh wie möglich Bescheid und erstatten den Beitrag.

## Wir über uns

IndiTO – Bildung, Training und Beratung

Wir gestalten Weiterbildung wirkungsvoll, lebensnah und praxisorientiert.

Unser Programm umfasst Seminare, Trainings, berufsbezogene Fortbildungen, Studienreisen und Exkursionen.

Zudem bieten wir Beratungsleistungen für Organisationen, für Teams und für Einzelpersonen an.

IndiTO ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung und zertifiziert durch den Gütesiegelverbund Weiterbildung.

Wenn Sie nähere Informationen zu unseren Angeboten wünschen, rufen Sie uns an, schreiben Sie uns oder besuchen Sie uns im Internet. Wir sind gerne für Sie da!



IndiTO  
Estermannstraße 204  
53117 Bonn  
Telefon 0228 674 663  
Fax 0228 680 400

[www.indito.de](http://www.indito.de)  
[info@indito.de](mailto:info@indito.de)

Volksbank Bonn Rhein-Sieg  
Konto 1 501 895 039  
BLZ 380 601 86  
IBAN DE87 3806 0186 1501 8950 39  
BIC GENODE33

# Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg

**„Glaubenssätze“**

**2 Vertiefungstage Gewaltfreie Kommunikation**

**Bonn**

**15. Oktober und 25. November 2023**



Bildung, Training und Beratung für  
Individuen, Teams und Organisationen



## „Glaubenssätze“ – 2 Vertiefungstage Gewaltfreie Kommunikation

### **Gewaltfrei kommunizieren**

*„Der größte Beitrag zum Frieden ist, in uns selbst Frieden zu machen.“*

**Marshall B. Rosenberg**

### **Glaubenssätze erkennen und auflösen 1** *am 15. Oktober 2023*

Wie wir unsere Welt wahrnehmen, wie wir sie interpretieren und unser Leben empfinden, hängt zum großen Teil mit unseren unbewussten Glaubenssätzen, Annahmen über uns selbst, mit unserer Haltung zusammen.

„Ich bin nicht gut genug; Um liebenswert zu sein, muss ich etwas leisten; Ich muss alles allein schaffen; Ich kann niemandem vertrauen; ...“

Diese und viele mögliche andere Einstellungen/Annahmen/Geschichten über uns prägen unsere Gedanken, unser Fühlen und unser Handeln.

Glaubenssätze sind entstanden, da sie zu einem früheren Zeitpunkt in unserem Leben in einer herausfordernden oder vielleicht schmerzlichen Situation dienlich und wertvoll waren. Langfristig können uns diese Überzeugungen antreiben, uns schützen oder auch das Leben schwer machen, uns einschränken und die Lebendigkeit blockieren. In diesem Seminar können Sie prüfen, ob Ihre Glaubenssätze Ihnen weiterhin das Leben

erleichtern oder Sie neue Entscheidungen, Haltungen, Kraftsätze entwickeln möchten, die Ihr Potenzial entfalten und neue Möglichkeiten sehen und entstehen lassen.

Auf dieser Entdeckungsreise und diesem spannenden Weg möchte ich Sie in diesem Seminar begleiten.



### **Glaubenssätze erkennen und auflösen 2** *am 25. November 2023*

Welche Glaubenssätze behindern Sie – welche Visionen wollen Sie leben – welche Kraftsätze würden Ihnen die Erreichung Ihrer Vision ermöglichen – welche konkreten Schritte möchten Sie auf diesem Weg gehen? Dieser Tag dient der Vertiefung und Erweiterung des Seminars „Glaubenssätze erkennen und auflösen 1“.

**Teilnahmevoraussetzung:** Sie haben bereits an einer Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation teilgenommen.

### **Referentin**

**Lydia Kaiser**

Zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC), zertifizierte Mediatorin, zertif. Coach, tätig in der Aus- und Weiterbildung für Lehrer\*innen, Grundschullehrerin



*„Es erfüllt mich seit einigen Jahren mit Begeisterung und Freude, die Haltung der Gewaltfreien Kommunikation bewegend, gleichzeitig humorvoll und greifbar weitergeben zu können. Schritte auf dem Weg zu mehr Leichtigkeit in unseren Verbindungen zu gehen und mehr Klarheit zu finden bedarf Mut und Vertrauen – auf geht's.“*

Unsere Trainer\*innen arbeiten teilnehmenden- und prozessorientiert, d.h. mit Konfliktbeispielen der Teilnehmenden und bei Bedarf mit Themen, die während des Seminars entstehen.