

Öffentlicher Workshop



Zuhören – und wie?

Wenn die menschliche Chemie stimmt, ist die Kommunikation erfüllend und bereichernd. Was aber, wenn es zu Missverständnissen kommt, wenn dein Gegenüber in einer Endlosschleife redet, sich über dich oder über die Welt beschwert, dir mehr anvertraut als dir lieb ist? Ziehst du dich dann zurück, verteidigst du dich oder bist du enttäuscht und frustriert? An diesem praxisnahen Workshop erlebst du, wie es sich anfühlt, wenn dir jemand wertfrei zuhört – ein Geschenk!

Die Teilnehmenden

- erhalten einen kurzen theoretischen Einblick in die gewaltfreie Kommunikation.
- beleuchten was Empathie ist – und was nicht und lernen verschiedene Arten des Zuhörens und deren Wirkung kennen.
- machen immer wieder kurze Übungen, weil nur das eigene Umsetzen dabei unterstützt, die eigenen Muster zu ändern.

Für wen: Für alle ab ca. 16 Jahren, maximal 10 Teilnehmende

Wann: Samstag, 29.8.26, 10 – 13 Uhr

Wo: Glattwiesenstr. 213, 8051 Zürich

Wie: Anmeldungen bis 20.8.26 an info@konfliktleichtigkeit.ch

Kosten: CHF 70, Ermässigung nach Absprache

Wer: Tania Berchtold Dellberg, dipl. Kommunikations- und Improvisationstheater-Trainerin und Coach