



Gewaltfreie Kommunikation und ihre praktische Anwendung

Um im LPE NRW e.V. miteinander konstruktiv umzugehen und unsere individuellen Interessen besser vertreten zu können, kann uns die Theorie der Gewaltfreien Kommunikation hilfreich sein. Unsere Äußerungen sind oft von unseren Emotionen geprägt. Auch Schuldzuweisungen und Ähnliches schwingen oft mit. Dies macht es unserem Gegenüber nicht gerade leicht, uns zu verstehen.

Während des Seminars möchte ich mit den Teilnehmern Ideen entwickeln, wie wir die Gewaltfreie Kommunikation in unserem Alltag anwenden können. Hierbei möchte ich mit verschiedenen Methoden arbeiten. Da ich

auf die individuellen Situationen der Teilnehmer eingehen werde, wird das Seminar an zwei aufeinander folgenden Tagen stattfinden. Ich hoffe, dass das Seminar ein besseres gegenseitiges Verstehen auch bei Ämtern und Ärzten ermöglicht und somit die Eigenverantwortung von Betroffenen fördert.



Referentin: Heike (56 J.): Ich habe vor meiner Erkrankung 2010 als Erzieherin in der Funktion der Einrichtungsleitung gearbeitet. Nach meiner Krise mit Klinikaufenthalt wurde ich berentet und habe mich bis 2016 überwiegend mit meinen eigenen Bedürfnissen beschäftigt. Seit 2016 bin ich in der Selbsthilfe aktiv. Auch habe ich 2023 die Fortbildung zur Ex-In Genesungsbegleiterin erfolgreich abgeschlossen.

Samstag / Sonntag, 27./28. September 2025
Ort: Anlaufstelle Westfalen, Herner Str. 406, 44807 Bochum

Jeweils von 10:00 Uhr - 17:00 Uhr

Teilnahmebedingungen: Teilnahme, Snacks und Getränke sind kostenfrei. Teilnahme ist nur **nach Anmeldung** bei Annette per E-Mail an annette.nrw@gmx.de oder unter Tel. 0175-5945501 möglich! Für eine verbindliche Anmeldung sind 10 € Anmeldegebühr, das sogenannte Reuegeld, auf das LPE NRW e.V. Konto zu überweisen. Diese 10 € gibt es während des Seminars zurück – sonst nicht. Bankverbindung des LPE NRW e.V.: IBAN: DE98 3702 0500 0008 3749 00. Die TeilnehmerInnenzahl ist auf 12 Personen begrenzt. Ein Fahrtkostenzuschuss für Bedürftige -billigste Möglichkeit- kann nur bei der Anmeldung beantragt werden.