

Familienbildung

Angebote der Volkshochschule Dahme-Spreewald

Dozentin: Kathrin Ellenrieder

Geschwisterbeziehungen

- * Freitag 11.10.19, 18.30-20.45 Uhr, Beitrag: 3,00 €, Familienzentrum KW
- * Mittwoch 22.01.20, 18.30-20.30 Uhr, Beitrag: 3,00 €, MGH Lübben

Pubertät – Wenn Eltern schwierig werden

- * Freitag 20.09.19, 18.30-21.00 Uhr, Beitrag: 3,00 €, Familienzentrum KW

Starke Großeltern – Starke Kinder

- * Samstags 29.02.-04.04.20, 09.30-11.45 Uhr, Beitrag: 76,50 €
Familienzentrum KW

Kleiner Trotzkopf – Umgang mit Trotz- & Wutanfällen

- * Mittwoch 16.10.19, 18.30-21.00 Uhr, Beitrag: 3,00 €, Haus der VHS KW

Patchwork- & Stieffamilien

- * Freitag 13.09.19, 18.30-20.45 Uhr, Beitrag: 3,00 €, Familienzentrum KW
- * Mittwoch 20.11.19, 18.00-20.30, Beitrag: 3,00 €, MGH Lübben

Muss ich immer erst laut werden? – Wege aus der Brüllfalle

- * Freitag 30.08.19, 18.30-20.45 Uhr, Beitrag: 3,00 €, Familienzentrum KW

Der gute Umgang mit den heutigen Medien

- * Freitag 08.11.19, 18.30-20.45 Uhr, Beitrag: 3,00 €, Familienzentrum KW
- * Mittwoch 26.02.20, 18.00-20.30 Uhr, ASB Lübben

Kursanmeldung und Information:
www.vhs-dahme-spreewald.de
033 75/ 26 25 00

Ansprechpartnerin bei der VHS: Nicole Hagemann
nicole.hagemann@dahme-spreewald.de
03375 / 26 25 26

Gelungene Kommunikation

Angebote der Volkshochschule Dahme-Spreewald

Dozentin: Monika Hassenkamp

Was wird hier gespielt? – Destruktive Muster und Psychospiele in der Kommunikation erkennen und auflösen

Destruktive, Veränderung und Entwicklung behindernde Gesprächsmuster werden identifiziert und Schritt für Schritt zu ersetzt durch direkte, konstruktive Kommunikation. Grundlage ist die Transaktionsanalyse des kanadisch-us-amerikanischen Psychiaters Eric Berne.

* *Sonntag 15.09.19, 10.00-17.00 Uhr, Haus der VHS KW*

Gebühr: 36,85 € (6TN), 31,21 € (7 TN), 27,74 € (ab 8 TN)

Gewaltfreie Kommunikation in Beruf und Alltag

Die gewaltfreie Kommunikation nach dem amerikanischen Psychologen und Mediator Marshall B. Rosenberg ist ein Weg der einfühlsamen Kommunikation, die den Blick von der Oberfläche des Konfliktes auf die tieferen Gefühle und Bedürfnisse lenkt. In diesem Seminar lernen Sie die Grundlagen der gewaltfreien Kommunikation und wenden das Erfahrene in praktischen Übungen an.

* *Samstag 07.12.19, 10.00-17.00 Uhr*

Gebühr: 36,84 € (6TN), 31,21 € (7 TN), 27,74 € (ab 8 TN)

Gewaltfreie Kommunikation in Beziehungen

In 4 Terminen werden die Grundlagen der gewaltfreien Kommunikation vertieft. Sie lernen, negative Kommunikationsmuster mit anderen Ohren zu hören und respektvolle, konstruktive Gespräche zu führen. Sie lernen, sich abzugrenzen, mit Kritik umzugehen, Nein zu sagen und ihre Bedürfnisse zu benennen. Geübt wird an eigenen Konfliktbeispielen.

* *Samstag 18.01., 22.02., 14.03., 04.04.20 10 -14 Uhr, Haus der VHS*

Gebühr: 90,67 € (6TN), 76,79 € (7TN), 68,26 € (ab 8 TN)

Kursanmeldung und Information:
www.vhs-dahme-spreewald.de
033 75/ 26 25 00

Ansprechpartner bei der VHS: Kai Berdermann
kai.berdermann@dahme-spreewald.de
03375 / 26 25 15