



ikm best of

# Fortbildungen

## Achtsame Kommunikation nach M. Rosenberg



Das Konzept der Achtsamen Kommunikation ist eine einfache und wirksame Methode der Gesprächsführung, um eine förderliche Kommunikation zwischen Menschen zu ermöglichen, auch wenn Situationen konfliktuell sind.

Darüber hinaus wird sie als Lebenshaltung verstanden und als Kommunikationsstil umschrieben, die uns Verantwortung für uns übernehmen und Wertschätzung für andere zeigen lässt.

Dieses Seminar wird euch darin unterstützen, selbstbestimmt zu kommunizieren und dabei gleichzeitig die Bedürfnisse anderer im Blick zu behalten. Das Handlungskonzept mit seinen vier Schritten hilft, auch in schwierigen Situationen in Kontakt mit sich selbst und dem Gegenüber zu bleiben und wertschätzende Gespräche zu führen.

Alle interessierten Menschen sind herzlich eingeladen sich dazu anzumelden.

**Kosten: 160,- €**

**Anmeldung** Ansprechperson für alle weiteren Informationen und zur Anmeldung:  
Jasmin Hoffmann  
[hoffmann@ikm-hamburg.de](mailto:hoffmann@ikm-hamburg.de)

[www.ikm-hamburg.de](http://www.ikm-hamburg.de)

Wann?  
**29. September 2023**  
**9:00 - 17:00 Uhr**

Wo?  
**im ikm**  
**An der Alster 40, 20099 Hamburg**