

Vom Konflikt ...

zum Miteinander

**Achtsame
Kommunikation
Familienfreizeit 2020**

nach Marshall B. Rosenberg

8.-15. August



Familienfreizeit
2020



7 Tage Gewaltfreie Kommunikation in Familie und Gemeinschaft

Dieses Angebot wendet sich an alle, die ihren Urlaub mit Familie und nahen Beziehungen in wertschätzender Umgebung verbringen wollen und sich wünschen, mit Gleichgesinnten in Achtsamkeit Gemeinschaft und Inspiration zu erleben.

Mit und ohne Vorkenntnisse in Achtsame Kommunikation nach Rosenberg

Teilnehmerzahl maximal 12 „Familien“

Jugendherberge Pössenhofen am Starnberger See

Wo: 82343 Pöcking, Kurt-Stieler-Straße 18

Übernachtung: Mehrbett u. Einzelzimmer, 300-420 € nach Alter u. Zimmerart

Preis inkl. Vollverpflegung für Misch-, veget. oder veganer Kost

Beitrag für das Team

350 € bis 790 € nach Selbsteinschätzung pro Familienanmeldung (Vertrauensbasis)

Konditionen

250 € Anzahlung sichern das gebuchte Zimmer - Ratenzahlung möglich - inkl. MwSt

Mehr: www.gewaltfrei-fuenf-seen-land.de/Angebote-chronologisch/Familienfreizeit

Das Team:

Christian Hinrichsen
(GFK, Achtsamkeit)

Iris AMeyer
(GFK, Elternbildung)
www.iam4life.at



Für Erwachsene und Jugendliche

Für Erwachsene (und Jugendliche, wenn diese es wünschen) bieten wir Workshops zum Thema *Gewaltfreie Kommunikation* an. Wir arbeiten prozessorientiert – das Angebot wird maßgeblich von den Wünschen der Teilnehmenden bestimmt. Somit gibt es auch Möglichkeiten, Anliegen zu vertiefen.

Für Kinder und Jugendliche (und alle, die Lust dazu haben)

Während der Workshopzeit am Vormittag ist eine selbstorganisierte Begleitung für die Jüngeren angedacht. Gemeinsam wird entschieden, wer diese Begleitung übernimmt und was gemacht wird. Erfahrungsgemäß organisieren sich die Jugendlichen zumeist lieber alleine. Das umliegende Gelände bietet hierfür Gestaltungsraum vom Beachvolleball über Bootsverleih. Auch eine Fahrradtour um den Starnberger See ist für Ältere denkbar (Fahrradvermietung in Starnberg).

Für alle

Das Haus und die Umgebung bieten mannigfaltige Möglichkeiten. Wir möchten Raum lassen zu gemeinsamen Aktionen von Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern, zum Knüpfen von Kontakten, Entspannen, Baden und Spazieren gehen – und natürlich zum Feiern. Ganz besonders die Gemeinschafts-Zeit am Nachmittag ist darauf ausgerichtet, für alle Teilnehmenden jeden Alters Angebote zu bieten, damit Eltern gemeinsam mit ihren Kindern entspannt Zeit miteinander verbringen können.

Das Team

Christian Hinrichsen

Vater von 6 Kindern – zwischen 1990 und 2006 geboren; arbeitet seit 2012 als Trainer, Coach, Mediator für Privatpersonen und Unternehmen aller Art; Mitglied Netzwerk *Gewaltfreie Kommunikation München e.V.* und Netzwerk *GFK Augsburg und Umgebung*



Die ersten 20 Jahre unseres Lebens tun alle um uns herum alles, um uns ein Gewissen einzupflanzen, das uns genau sagt, was falsch und was richtig ist. Den Rest des Lebens sind wir damit beschäftigt, das wieder los zu werden – um herauszufinden, was uns wirklich wichtig ist im Leben. Für mich so schön, wenn unsere Kinder in diesem Raum „ihr Leben zu leben“ bleiben dürfen.

Iris A. Meyer



In Patchworkfamilie mit 3 Kindern; leitet seit 2011 Übungsgruppen für Eltern in Wien; eine Ansprechperson im Netzwerk *Gewaltfreie Kommunikation Austria* (www.gewaltfrei.at) für das Thema "GFK mit Kindern/Jugendlichen (Kiju)"; aktives Mitglied im Verein Elternwerkstatt (www.elternwerkstatt.at)

"Erziehung ist Beispiel und Liebe, sonst nichts", sagt Friedrich Fröbel. Und es ist gar nicht so leicht, immer ein gutes Beispiel zu geben oder im Alltagsstress in der Liebe bleiben zu können. Da hilft es, zuerst einmal zu lernen, mich selbst zu lieben – heißt, mich zu verstehen und so zu nehmen, wie ich bin. Um das zu lernen, ist mir die GFK ein wertvolles Werkzeug.



Das Team:
Christian Hinrichsen
(GFK, Achtsamkeit)

Iris Meyer (GFK)
www.iam4life.at

Info * Anmeldung * Konditionen * Kontaktaufnahme

www.gewaltfrei-fuenf-seen-land.de * gewaltfrei-fuenf-seen-land@t-online.de

+49 176 44434014 *



Johannisstraße 2 * 86911 Dießen