

Kurs - samstags:

Teil 1: 04.03.2023, 14.00-17.30 Uhr

Teil 2: 11.03.2023, 14.00-17.30 Uhr

Teil 3: 18.03.2023, 14.00-17.30 Uhr

Teil 4: 25.03.2023, 14.00-17.30 Uhr

Teil 5: 01.04.2023, 14.00-17.30 Uhr

Auffrischtermin:

Teil 6: 29.04.2023, 14.00-17.30 Uhr

TeilnehmerInnenzahl:

10-12 Personen

Interessenten melden sich bitte über

E-Mail: [info@psychotherapie-wollmerstedt.de](mailto:info@psychotherapie-wollmerstedt.de)

oder

SMS: 0173-7518730

## Kommunikations- training

### *Zentrum für Psyche und Gesundheit*

**Dipl.-Psych. Petra Immesberger-Born**

Systemische Therapie

Schematherapie

Körperorientierte Therapie mit Pferden

Systemische Paartherapie

**M. Sc. Giovanna Cammerata Garrido**

Verhaltenstherapie

Schematherapie

**Dipl.-Psych. Dr. Nicole Wollmerstedt**

Verhaltenstherapie

Schematherapie

Hypnotherapie

Systemische Paartherapie

Wilhelm-Leuschner-Str. 249

64347 Griesheim

0173-7518730

[info@psychotherapie-wollmerstedt.de](mailto:info@psychotherapie-wollmerstedt.de)



*Kennen Sie es, so sauer zu sein, dass Sie am liebsten den anderen komplett durchbeleidigen möchten und wissen gleichzeitig genau, das würde die Situation nur verschlimmern?*

*Sie möchten nicht mehr, dass Konflikte im Streit enden oder aus dem Ruder laufen?*

Wir vermitteln Ihnen gut handhabbare Techniken mit denen Sie Ihre Konflikte konstruktiv lösen können.

Wir, Frau Dipl.-Psych. Petra Immesberger-Born, M. Sc. Giovanna C. Garrido und Frau Dipl.-Psych. Dr. Nicole Wollmerstedt, bieten Ihnen hierfür ein **Kommunikationstraining** an.

Dabei gehen wir folgende und ähnlichen Fragen an:

Was für eine Rolle spielen Beziehungskonten bei der Kommunikation? Und was ist das überhaupt?

Was mache ich mit meinem Ärger, mit meinen vielen Vorwürfen und viel schlimmer mit denen meines Gegenübers?

Was hat Humor mit langweiligen Kommunikationsregeln zu tun?

Was ist eigentlich der Unterschied zwischen einem Konflikt und einem Streit? Wieso soll ein Konflikt gut sein und ein Streit nicht?

Was ist, wenn ich in diesem Seminar so viel tolles neues lerne und mein Gegenüber macht nicht mit?

Wieso sollten wir uns auch mal gegen unser Gefühl entscheiden?

