

Pragniesz relacji z drugim człowiekiem, w której potrzeby obu stron są wzięte pod uwagę i realizowane?

Czy potrafisz słuchać i usłyszeć bliską Ci osobę?

*Czy wiesz, że aby otrzymać to, czego się pragnie wystarczy o to poprosić?
Chcesz wiedzieć jak?*



**Serdecznie zapraszamy Cię na
warsztat rozwojowy pt.**

**„Razem i osobno - o relacjach w
przyjaźni, rodzinie i związkach”.**

Warsztat komunikacji empatycznej oparty na metodzie NVC (Nonviolent Communication) Marshalla Rosenberga.

Radość bycia razem może wpływać ze świadomego i radosnego bycia osobno i niezależnie. Aby być w „kontakcie” razem z drugim człowiekiem, warto zacząć być w „kontakcie” ze samym sobą; swoimi potrzebami i uczuciami.

Na warsztacie nauczysz się, jak słuchać i usłyszeć komunikaty, które kierują do Ciebie Twoi bliscy.

Rozpoznamy, które komunikaty jakie zwykliśmy wypowiadać blokują współodczuwanie. Zaczniemy wypowiadać je w sposób, który zaprowadzi nas do wzajemnego zrozumienia.

Poćwiczymy autoempatię. Zobaczymy jak rozpoznawać, że mamy wybór w relacji z drugim człowiekiem - wybór, który zapewnia spełnienie „moich potrzeb i jego potrzeb” w tym samym czasie.

Przyjrzymy się, dlaczego warto brać odpowiedzialność za własne uczucia.

Na warsztat zapraszamy wszystkich zainteresowanych relacjami z bliską osobą- młodszych i starszych, będących w związkach i singli, rodziców ze swoimi dziećmi oraz dzieci ze swoimi rodzicami, tych którzy mają przyjaciół i tych którzy zatęsknili za bratnią duszą.

Tym razem będziemy pracować w parach!

Termin: 3-4 grudzień 2011

Sobota (3 grudnia) w godzinach 09:00-17:00

Niedziela (4 grudnia) w godzinach 09:00-15:00

Miejsce: ul. **Sienkiewicza 10/3** (róg ulic Sienkiewicza i Asnyka), **Poznań**

Prowadzący: **Anna Fitzgerald**

Absolwentka Szkoły Trenerów Rozwoju Osobistego, opartej na metodzie Nonviolent Communication oraz Studium NVC, przy Dojrzewalni Róż w Warszawie. Manager z wieloletnim stażem w zarządzaniu zespołem i zadaniowiec w osiąganiu celu. Trener i Coach umiejętności osobistych i kompetencji zawodowych.



Opłata: **450zł***

płatność przelewem: nr konta: mBank: 22 1140 2004 0000 3902 4501 4930
(przelew prosimy dokonywać z dopiskiem *Fitzgerald warsztat - razem i osobno*)

*konieczność dokonania przedpłaty w wysokości min. 250zł do dnia 26 listopada 2011 roku (w przypadku nieobecności uczestnika na warsztacie przedpłata nie

ulega zwrotowi). Do dnia 1 grudnia prosimy o wpłacenie całej kwoty na podany powyżej numer konta.

Możliwość wpłaty na konto całej kwoty.

Prosimy o przyniesienie na warsztat wydruku potwierdzenia przelewu.

Zapisu na warsztat proszę dokonywać pod adresem: biuro@fitzgerald.pl

Z dopiskiem „*warsztat komunikacji empatycznej - grudzień*”

Ilość miejsc na szkoleniu jest ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń.

Więcej informacji o warsztacie uzyskają Państwo pod numerem **664 467 081**.

Warunki uczestnictwa w warsztacie:

1. Osoby niepełnoletnie mogą uczestniczyć w warsztacie tylko za zgodą lub pod opieką rodziców, po uprzedniej konsultacji z organizatorem.
2. Osoby będące w trakcie leczenia psychiatrycznego, a także które ostatnio przeżyły kryzys emocjonalny lub są w depresji, powinny swoją decyzję o udziale w warsztacie skonsultować z lekarzem prowadzącym lub psychoterapeutą.
3. Warunkiem rezerwacji miejsca na warsztacie jest dokonanie zapisu na wskazanym adresie mailowym oraz dokonanie przedpłaty w wysokości 250zł do dnia 26.11.2011 roku.
4. W wypadku nieobecności na warsztacie przedpłata nie podlega zwrotowi. Możliwe jest natomiast przekazanie zarezerwowanego miejsca innej, wskazanej przez siebie osobie.
5. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w programie organizacyjnym warsztatu z przyczyn od siebie niezależnych, np. gdyby liczba uczestników nie pozwalała na pokrycie kosztów organizacji warsztatu. W tej sytuacji uczestnik posiada prawo do zwrotu opłaty za warsztat.
6. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za stan zdrowia fizycznego i emocjonalnego uczestników warsztatu, zarówno w czasie jego trwania, jak i po jego zakończeniu.
7. Zgłoszenie udziału w warsztatach jest równoznaczne z przyjęciem do wiadomości i zaakceptowaniem niniejszego regulaminu, cennika oraz warunków uczestnictwa.