



Srdečně zve na

Kurz nenásilné komunikace aneb jak být opravdu spolu s Marií Rumlenovou

- Jak tvořit harmonii ve vztazích okolo sebe a uvnitř sebe?
- Kde vlastně násilí vzniká? Proč se k němu někdy uchylujeme?
- Jak si zachovat integritu a lidskost ve vypjatých situacích?
- Jaké kompetence můžeme dětem předat, aby jim pomáhaly efektivně řešit konflikty?

Co Vám kurz přinese:

- Informace - co je Nenásilná Komunikace - její základní pilíře.
- Umění naslouchat sobě samému i v náročných situacích.
- Pochopení procesu empatického naslouchání a jeho role v dialogu.
- Orientace v konfliktu.
- Dovednosti k vytváření podmínek pro úspěšné řešení konfliktů.
- Návody na trénink a řešení situací s dětmi, partnerem a v práci.

**Cena: 300 Kč za jedno 2 – 3 hodinové setkání /
kurz je členěn do třech navazujících setkání**

Kdy a kde: V ZŠ Pivoňka – konec října 2018 – leden 2019

Metodu nenásilné komunikace (NVC) rozvinul Marshall B. Rosenberg. Je založená na naslouchání sobě a partnerovi, ochotě vnímat potřeby a pocity své i druhých. Pomáhá překonávat navyklé vzorce, řešit konflikty a rozvíjet vztahy založené na úctě a spolupráci.

Přežití lidského druhu závisí na naší schopnosti rozpoznat, že naše dobro a dobro těch ostatních je ve skutečnosti jedno a to samé." (M Rosenberg)

Lektoruje **Marie Rumlenová** Vystudovala obor kulturologie na FFUK. Studovala herectví na Katedře autorské tvorby a pedagogiky DAMU. Deset let se věnovala vedení kreativních programů pro rodiče s malými dětmi. Působí jako lektorka seminářů komunikace, osobního rozvoje a aromaterapie.