



TEILNEHMERINNEN UND TEILNEHMER SAGEN...

„Das GFK-Training war für mich sehr interessant und bereichernd. Seither achte ich viel bewusster auf meine Bedürfnisse, die hinter meinen Gefühlen stehen. Dadurch wird meine Kommunikation mit anderen klarer und authentischer. Auch die vielen Alltagsbeispiele von Vera und den Teilnehmenden haben mir geholfen, die Theorie in die Praxis zu übertragen. Das Online-Training hat mir großen Spaß gemacht und die Begeisterung, mit der Vera ihr Wissen weitergibt, ist ansteckend.“

Dietgard aus Mainz

„Hilfreich, interaktiv, berührend - eine perfekte Mischung aus Theorie und Praxis.“

Silvia aus Köln

„Liebe Vera, dein Seminar hat meine Kommunikationswelt ein klein wenig auf den Kopf gestellt. Mit verschiedenen Übungen habe ich einen ganz neuen Blickwinkel auf meine Sprache erhalten. „Radikale Selbstverantwortung“ ist das treffende Schlagwort.“

Heiko aus Butzbach

„Beschwingt und individuell; spezifisch geholfen, die eigene Mitte wieder zu finden.“

Rosi bei Mainz



KONTAKT

Vera Elkendorf
Coach für mehr Lebensfreude
Brüder-Grimm-Straße 22
61440 Oberursel

+49 151 46525418
info@elkendorf-coaching.de
www.elkendorf-coaching.de

Dein Weg zu mehr Selbstwirksamkeit und Lebensfreude im Beruf und Privatleben kann direkt beginnen. Du hast es in der Hand.



VERA ELKENDORF

Coach für mehr Lebensfreude



Seminare und Trainings für mehr Selbstwirksamkeit und Lebensfreude im Beruf und Privatleben

www.elkendorf-coaching.de

SCHÖN, DASS DU ZU MIR GEFUNDEN HAST



Mein Name ist Vera Elkendorf. Als Expertin für Persönlichkeitsentwicklung und authentische Kommunikation biete ich Einzel- und Team-Coachings sowie Seminare und Trainings für mehr Selbstwirksamkeit und Lebensfreude im Beruf und Privatleben an.

- Fällt es dir schwer in Konflikten oder herausfordernden Situationen eine wertschätzende und klare Sprache zu finden?
- Fällt es dir schwer deine Bedürfnisse klar auszudrücken und zu sagen, wie du dich fühlst und was du brauchst?
- Fällt es dir schwer „Nein“ zu sagen oder gesunde Grenzen zu vertreten?
- Willst du stattdessen lernen authentischer und wirksamer zu kommunizieren und wieder Freude am Miteinander-Reden finden?

In meinen Seminaren und Trainings lernst du Methoden kennen, die dich auf deinem Weg zu einer authentischeren und wirksameren Kommunikation nachhaltig unterstützen. Zeit für persönliche Reflexion, Übungen in Kleingruppen und Live-Demonstrationen stellen den nachhaltigen Praxistransfer sicher.

ÜBERSICHT SEMINARE UND TRAININGS

EINFÜHRUNG IN DIE GEWALTFREIE KOMMUNIKATION (GFK)

nach Marshall B. Rosenberg

In dieser knapp 2,5 stündigen (Online-)Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation lernst du die 4-Schritte, Hintergründe und Werte kennen. Ganz unverbindlich kannst du dir einen Überblick über die Methode verschaffen und mich bei meiner Arbeit kennenlernen. Nähere Informationen findest du unter: www.elkendorf-coaching.de/gewaltfreie-kommunikation-training/

VERTIEFUNGSTRAINING IN DIE GEWALTFREIE KOMMUNIKATION (GFK)

nach Marshall B. Rosenberg

In diesem mehrteiligen GFK-Vertiefungstraining lernst du die 4-Schritte im Detail kennen. Du erfährst was es für die erfolgreiche Anwendung im beruflichen und privaten Alltag braucht und wie du die Verbindung zu deinem Gegenüber, trotz unterschiedlicher Perspektiven oder verhärteter Positionen, wieder herstellen kannst. Schritt für Schritt baust du neues Wissen auf und vertiefst dieses durch intensive Übungen. Zusätzlich erfährst du, wie du deiner Kommunikation mehr Ausdruck und Wirkung verleihen kannst und was deine Gefühle und Bedürfnisse damit zu tun haben. Nähere Informationen findest du unter: www.elkendorf-coaching.de/gewaltfreie-kommunikation-training/

RAUS MIT DER SPRACHE! WIE DU LERNST AUTHENTISCHER ZU KOMMUNIZIEREN.

Dieses mehrteilige Seminar gliedert sich in drei Bausteine: 1. Reflexion, 2. Methoden und 3. Praxistransfer. Durch unterschiedliche Fragestellungen wirst du dein bisheriges Kommunikationsverhalten reflektieren, die drei wirksamsten Kommunikationsmethoden kennenlernen und dieses neu erworbene Wissen durch vielfältige Übungen in deinen beruflichen und privaten Alltag transferieren. Nähere Informationen findest du unter: www.elkendorf-coaching.de/raus-mit-der-sprache-wie-du-lernst-authentischer-zu-kommunizieren-seminar/

INDIVIDUELLES KOMMUNIKATIONSTRAINING

In diesem individuell auf die Bedürfnisse deines Teams oder Unternehmens konzipierten Kommunikationstraining werden nicht nur die wirksamsten Methoden vermittelt, sondern auch die Anschlussfähigkeit und der Praxistransfer in euren beruflichen Alltag sichergestellt. Denn damit ein Team oder eine Organisation effizient und freudvoll miteinander wirksam sein kann, braucht es von jedem Einzelnen eine wertschätzende und offene Kommunikation, eine ausgeprägte Bereitschaft zur Reflexion, Klarheit und selbstverantwortliches Handeln.

Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit dir, rufe mich gerne unter **0151 46525418 an** oder **schreibe mir eine E-Mail: info@elkendorf-coaching.de**.

Einzel- und Team-Coachings sowie Seminare und Trainings für mehr Selbstwirksamkeit und Lebensfreude im Beruf und Privatleben