

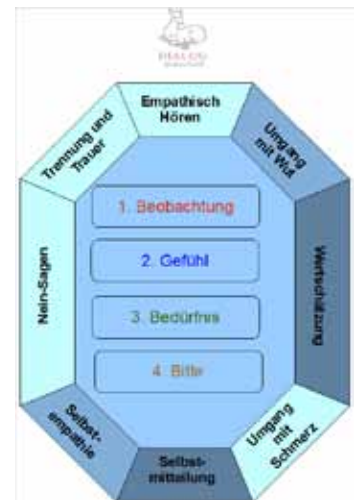
Berufsbegleitende Fortbildung Gewaltfreie Kommunikation® nach Marshall Rosenberg

März 2011 bis Juli 2011

Die berufsbegleitende Fortbildung richtet sich an Menschen, die die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) in einer Einführung kennen gelernt haben und Sicherheit und Vertrauen gewinnen möchten, um sie im Umgang mit sich selbst und anderen anzuwenden und weiterzugeben. Bewährt hat sich diese Art der Kommunikation im privaten und institutionellen Rahmen. Insbesondere natürlich dort, wo Kommunikation eine wichtige Rolle spielt: in Familie und Partnerschaft, in Teams, in der Pflege, in der Schule etc. Die GFK hilft uns, hinter Bewertungen zu blicken und uns mit den dahinter stehenden Gefühlen und Bedürfnissen zu verbinden. Die GFK unterstützt, in Kontakt mit uns und anderen zu bleiben und so Konflikte in bereichernde Begegnungen zu verwandeln. Sie eröffnet uns neue Wege eines einvernehmlichen und lösungsorientierten Umgangs mit anderen und mit uns selbst.

Inhalte

- Unterscheidung von lebensentfremdender und lebendiger Kommunikation - Grundannahmen und Menschenbild der GFK
- Unterscheidung von Wahrnehmung und Interpretation (Gefühl und Gedanke / Projektion / Bedürfnis und Strategie - Bitte und Forderung)
- Komponenten der Gewaltfreien Kommunikation
 - Beobachtungen ohne Bewertung ausdrücken
 - Gefühle wahrnehmen und ausdrücken
 - Bedürfnisse erkennen und ausdrücken
 - Klare Bitten formulieren
- Die Kraft empathischen Zuhörens (Gefühle und Bedürfnisse des Anderen hören)
- Selbstempathie
- Gewaltfrei Nein-Sagen und gewaltfrei Nein-Hören
- Schmerz- und Trauerarbeit
- Umgang mit Ärger
- Unterscheidung von Anerkennung und Lob
- Unterscheidung von Konsens und Kompromiss
- Umgang mit Glaubenssätzen und Werten
- GFK und Sozialer Wandel



Methoden

Teilnehmerzentrierte Seminarleitung, Dialogische Gespräche, Rollenspiele zu Anliegen der Teilnehmenden aus dem beruflichen und persönlichen Bereich, Referate.

Trainer

Herr Günter Herold ist zertifizierter Trainer für Gewaltfreie Kommunikation und leitet seit mehr als 10 Jahren Coachings im deutschsprachigen Raum.

Frau Linda Pfannhauser ist Therapeutin für körperorientierte Psychotherapie und seit sechs Jahren Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation.

Termine

05./06.03.; 26./27.03.; 16./17.04.; 14./15.05.; 04./05.06.; 02./03.07.; 23./24.07. jeweils 10:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Voraussetzung

Teilnahme an einem Einführungsseminar in Gewaltfreier Kommunikation.

Gebühr

1540 Euro, Ratenzahlung möglich (für diesen Kurs können Sie die Bildungsprämie beantragen und eine Förderung in Höhe von 500 Euro erhalten, siehe <http://www.vhs-tuebingen.de/bildungspraemie>)

Ort

vhs Tübingen, Katharinenstr. 18, 72072 Tübingen, Raum 115

Kontakt und Infos: <http://www.dialog-herold.de>,
vhs Tübingen, Susanne Christel, Tel.: +49 (0)7071-5603-39
beruf@vhs-tuebingen.de

Am Ende der Fortbildung erhalten die Teilnehmer/-innen ein Teilnahmezertifikat.

Die Fortbildung kann als Baustein der Ausbildung zum/r Trainer/in für Gewaltfreie Kommunikation nach den Richtlinien des Center for Nonviolent Communication verwendet werden.