

Gestaltung

Die Ausbildung umfasst insgesamt 16 Tage, die auf 6 Wochenenden und 1 x 4 Tage verteilt sind. Zwischen den Seminarterminen empfehlen und ermuntern wir zum selbstständigen Üben in kleinen Arbeitsgruppen.

Termine 2019 -2020

1. / 2. Block	Do - So	24. - 27. 10. 2019
3. Block	Sa / So	23. - 24. 11. 2019
4. Block	Sa / So	14. - 15. 12. 2019
5. Block	Sa / So	11. - 12. 01. 2020
6. Block	Sa / So	15. - 16. 02. 2020
7. Block	Sa / So	21. - 22. 03. 2020
8. Block	Sa / So	18. - 19. 04. 2020

Trainerinnen

Katarina Gens



seit 2004 ausgebildete Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Dipl.-Ing., Mediatorin, NLP-Practitioner. Tätig in eigenen Seminaren, Fortbildungen in Kita und Schulen, sozialen Einrichtungen und Übungsgruppen.

Annette Del Olmo Hernandez



Yoga-Lehrerin (BDY), NLP-Practitioner und ausgebildet in Körpertherapie (USA). Seit über 20 Jahren als Yoga-Lehrerin in der Erwachsenenbildung tätig. GFK-Trainerin seit 2006 mit eigenen Seminaren, Fortbildungen in Schulen,

öffentlichen Einrichtungen & Unternehmen.

forum

gewaltfreie kommunikation berlin

Fortbildung – Training – Seminare

- ❖ Wir geben **Seminare, Trainings und Übungsgruppen** in Berlin und Brandenburg.
- ❖ Wir bieten **Einzelgespräche** und **Beratungen** mit der GFK an.
- ❖ Unsere Seminare können Sie auch für Ihre Einrichtung buchen. Gerne nehmen wir Ihre Anfrage entgegen und senden Ihnen ein für Sie passendes Angebot zu.

Anmeldungen und Informationen:

forum

gewaltfreie kommunikation berlin

Großdorf 17, 14715 Havelaue
Tel. 033875 900 252
E-Mail: info@gewaltfreiforum.de
www.gewaltfreiforum.de

kostenloser Info-Termin

27.09.2019 19 - 21 Uhr

im Ströme-Institut

Hermannstr. 48, 12049 Berlin
(bitte auch online anmelden)

bitte online anmelden unter
www.gewaltfreiforum.de

Veranstalter:

Gens – Del Olmo – Gens GbR

Großdorf 17, 14715 Havelaue
Tel. 033875 900 252
E-Mail: info@gewaltfreiforum.de
www.gewaltfreiforum.de

Worte können Fenster sein - oder Mauern

Gewaltfreie Kommunikation nach Dr. Marshall Rosenberg

16-tägige

Grundausbildung - persönliches Training Oktober 2019 - April 2020



mit

Katarina Gens

&

**Annette Del Olmo
Hernandez**

forum

gewaltfreie kommunikation berlin

Persönliches Training

Unser fundiertes, qualifiziertes Training in einer Gruppe von 10 bis 12 Teilnehmer/innen bietet Ihnen Ihre ganz persönliche Entwicklung mit Gewaltfreier Kommunikation und eine weitergehende Kommunikationskompetenz im Alltag sowie in beruflichen und familiären Zusammenhängen.

Unser Training gibt Ihnen Gelegenheit, die Gewaltfreie Kommunikation mit Gleichgesinnten zu erfahren, sich auszutauschen und gegenseitig zu unterstützen.

Inhalte

Das Menschenbild

Definition von Gewalt und ihren Ursachen
Die Haltung der Gewaltfreiheit
Die Grundannahmen
Absichten und Ziele der GFK
Veränderungsebenen: Intrapersonaler, interpersonaler und sozialer Wandel
Entwicklung der Empathiefähigkeit für sich selbst und andere

Modelle der Gewaltfreien Kommunikation

Die vier Schritte
Der Prozess der GFK
Verschiedene Hörweisen (vier Ohren)
Umgang mit Bewertungen
Ärger-Modell
Aggressionsmodell
Schuld und Scham
Innerer Kritiker und Entscheider

Prozesse

Selbsteinführung üben
Einfühlsam sprechen und hören
Selbst-Bewusst-Sein stärken
Achtsamkeit und Entschleunigung
Lernen Nein zu sagen und zu hören
Umgang mit Konflikten
Arbeit mit inneren Anteilen
Sich klar ausdrücken und vertreten
Dankbarkeit ausdrücken
Feedback hören und geben

Methoden

Praxisorientierter Unterricht
Gruppen und Partnerarbeit
Übungen zur Selbsterfahrung
Gesprächsführung, Feedback, Rollenspiele
Spielerische Elemente aus Theater u. Tanz
Yoga und Achtsamkeitsübungen
Film, Musik

Marshall B. Rosenberg

* 06.10.1934 in Ohio, USA,
† 07.02.2015 in Albuquerque, USA
1961 Promotion zum klinischen Psychologen (an der Universität Wisconsin)
1984 Gründung des **Centers for Nonviolent Communication (CNVC)** in Texas
Über 30 Jahre lang tätig als Konfliktberater und Mediator in Krisen- und Kriegsgebieten in über 45 Ländern. Seine Grundthese:
„Alle Menschen sind von ihrer Grundvoraussetzung her friedliche Wesen und wünschen sich echte menschliche Verbindungen.“

Ort & Zeiten

Alle Blöcke: Ströme-Institut
Hermannstr. 48, 12049 Berlin
Sa / So 10.00 – 17.00 Uhr

Kosten

Pro Trainingstag: 110 € = insges.: 1760 €

Einzelbegleitung bei Bedarf: 50 € / h

Achtung - Frühbucherrabatt !

Bei Anmeldung bis 1. September 2019 erhalten Sie einen Rabatt von 5% (= 1672 €).

Voraussetzungen

für die Teilnahme sind GFK-Grundkenntnisse (z.B. aus unseren Basiskursen, Praxisseminaren oder Übungsgruppen bzw. vergleichbare Vorkenntnisse).

Bildungsprämie / Zuschüsse

Für diese Ausbildung kann die Bildungsprämie beantragt werden.

Die Beantragung ist ohne großen Aufwand möglich, auch wenn die Fortbildung nicht in direktem Zusammenhang mit ihrem Beruf steht. Infos unter: www.bildungspraemie.info

Zertifizierung

Unsere Ausbildung wird zu 20% anerkannt. Info's unter www.cnvc.org oder www.gfk-trainer-werden.de.