

EINFÜHRUNG IN DIE GEWALTFREIE KOMMUNIKATION NACH MARSHALL ROSENBERG

MO, 18.10.2021, 9.30 – 16.30 Uhr

Worte können berühren oder verletzen. Die passenden Worte zu finden, wenn es heikel wird, ist für uns oft eine Herausforderung. Ehrlich auszudrücken, was uns am Herzen liegt, ohne unser Gegenüber vor den Kopf zu stoßen, ist eine Fähigkeit, die wir lernen können.

Wie kommen wir unseren eigenen Anliegen besser auf die Spur?

Wie können wir Urteilen oder Vorwürfen Anderer so begegnen, dass Respekt und Verbindung erhalten bleiben?

Wie gelingt es uns, Kinder im Ausdruck intensiver Gefühle empathisch zu begleiten?

Wie können wir kraftvoll in unserer Sprache und Haltung sein, und gleichzeitig achtsam mit unserer Macht umgehen?

Für alle Beziehungen im beruflichen Alltag kann die gewaltfreie Kommunikation einen Weg weisen: eine innere Haltung zu erlernen, aus der heraus wir auch in herausfordernden Situationen uns klar ausdrücken können, ohne zu verletzen und die Wertschätzung füreinander zu erhalten. Wir lernen dabei den bedeutenden Unterschied zwischen der Ausübung von Macht *über* Andere zur Macht *miteinander* kennen. Dabei setzen wir unsere Ressourcen zum Wohle aller ein, anstatt uns in Machtkämpfe zu verstricken.

An eigenen Beispielen werden wir ins gemeinsame Üben kommen.

Inhalte dieses Einführungsseminars sind:

- Einführung in das Konzept der GFK
- Das 4 Schritte Modell
- Unterscheidung von Auslöser und Ursache von Gefühlen
- Klarer und achtsamer Umgang mit Macht
- Empathie als Schlüssel zu sich selbst und anderen
- Aufrichtigkeit: Mut finden, zu sich selbst zu stehen

Referentin: Uta Hohenberger, Diplom Sozialpädagogin

Trainerin in Gewaltfreier Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Termin:	Mo, 18.10.21, 9:30 Uhr bis 16.30 Uhr
Ort:	Kulturverein Merlin, Augustenstr.72, 70178 Stuttgart
TN-Gebühr:	80 € für Mitarbeitende aus DV-Mitgliedseinrichtungen 100 € für externe Teilnehmer*innen
Zielgruppe:	Pädagogische Fachkräfte
Anmeldefrist:	01.Oktober 2021