

Ziel des Seminars: In diesem Seminar geht es darum, das Konzept und den gedanklichen Ansatz der gewaltfreien Kommunikation kennenzulernen und sie – an Hand von eigenen Beispielen – anzuwenden und Erfahrungen damit zu sammeln.

In kurzen theoretischen Vorträgen, praktischen Übungen und Rollenspielen zu den eigenen Alltagserfahrungen, erschließen Sie sich neue Handlungsspielräume im Umgang mit Ihrer Umwelt. Sie werden mit den Grundprinzipien bekannt gemacht und können für sich eine Entscheidung treffen, ob und in welcher Weise, Sie diese Art des Miteinander Umgehens in Ihrem Leben nutzen wollen.

Dr. Marshall B. Rosenberg promovierte als Doktor der klinischen Psychologie. Beeinflusst durch Carl Rogers entwickelte er die GfK und gründete das Center for non violent communication.

Er arbeitet als international bekannter Konfliktmediator in Krisengebieten der ganzen Welt.

Er arbeitet mit Ausbildern, Schülern, Eltern, Manager, Ärzte, Anwälte, Psychologen, Friedensaktivisten, Gefangene, Polizisten, Geistliche wie für Familien, Schulen und Kindergärten, Therapie und Beratung, Organisationen und Firmen.

Das Seminar ist als Fortbildungs- und Qualifizierungsmaßnahme für Lehrkräfte (IQVO) akkreditiert, vom Institut für Qualitätsentwicklung Hessen, nach § 65 Hessisches Lehrerbildungsgesetz. Für die Teilnahme an der Veranstaltung erhält eine hessische Lehrkraft 25 Leistungspunkte nach §8 der IQ- und Akkreditierungsverordnung.

Seminarleiter: Jürgen Kilb ist Dipl.-Päd., Trainer für GfK und Familienvater von 4 Kindern. Nach langjähriger Trainer- und Geschäftsführertätigkeit ist er heute Inhaber von KILB Potenzialberatung. **Die Seminar und Coaching Schwerpunkte sind:** Kommunikation; Ziele und Visionen, berufliche Entwicklung.

Termine:

04.—06.09.2009 in Hattersheim
17.—18.10.2009 in Mauer bei Heidelberg

Kosten: 220,00 € (390,00 € mit Partner)

Anmeldung bei:



Erlenstr. 18
65795 Hattersheim
Telefon: 06190-9890-20 / -19
E-Mail: juergen.kilb@trainingnet.de
Web: www.trainingnet.de

Kommunikation, die uns weiterbringt

Kommunikation wertschätzend und zielorientiert gestalten

Einführung in die gewaltfreie Kommunikation nach Dr. Marshall B. Rosenberg.

Eine Workshop für Paare, Eltern, Lehrer, Vorgesetzte, Mitarbeiter, Therapeuten und Berater , sowie alle Interessierte.



Worum geht es?

Haben Sie manchmal das Gefühl Ihr Gegenüber versteht Sie nicht?

Fühlen Sie sich häufig missverstanden? Landen Sie mit Ihrem Partner oft am selben Streitpunkt und kommen nicht weiter?

In allen Lebensbereichen steht die Kommunikation mit anderen Menschen an erster Stelle, wenn es darum geht **Beziehungen** zu gestalten und zu leben. Wie und in welcher Weise wir dies tun, liegt in unserem eigenen Entscheidungsspielraum.

In der gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg (GfK) geht es darum, neue Wege und mehr **Handlungsspielräume** zu gewinnen, die es ermöglichen **zwischenmenschliche Beziehungen** mit mehr Freiheit, Zufriedenheit und wohlwollender Verbindung zu erfahren.



Wir sehen Beziehungen in einem neuen Licht, wenn wir mit Hilfe der GfK unsere eigenen, zugrundeliegenden Bedürfnisse und die der anderen wahrnehmen. (M.B. Rosenberg)

Ziel ist es, das eigene Wohl, wie auch das Wohl des Partners gleichermaßen zu berücksichtigen. Bestimmte Prinzipien können, wenn wir sie kennen und anwenden, das Kommunikationsverhalten positiv beeinflussen. **Einfühlung und Wertschätzung** sind zentrale Gedanken hierbei.

Die wichtigsten Informationen werden von uns durch Sprache, Gestik und Mimik übermittelt. Die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) geht dabei von einer inneren Haltung aus, die auf Selbstbestimmung, Aufrichtigkeit und gegenseitiger Wertschätzung beruht.

Bei der GfK geht man zunächst von den eigenen Bedürfnissen und Gefühlen aus, statt darüber zu reden, wer im Recht oder im Unrecht ist, oder man achtet als Gesprächspartner auf die Gefühle und Bedürfnisse des anderen, statt alles persönlich zu nehmen.

Richten wir unsere Aufmerksamkeit lieber auf das, was wir tun wollen, nicht auf das, was schiefgelaufen ist. (M.B. Rosenberg)



Seminarthemen

Wir betrachten zunächst zwei unterschiedlichen Arten des Miteinander Umgehens. Wir analysieren Aspekte des Kommunikationsverhaltens, das uns trennt und mehr und mehr voneinander entfernt. Sie werden dann, anhand von Vortrag und Übung, mit den **4 Schritten und dem Prozess der gewaltfreien Kommunikation** bekannt gemacht.

Diese Basis stellt eine verbindende und konsequent **ziel- und lösungsorientierte Kommunikationshaltung** dar. Ein Kern der GfK ist das Erkennen und Formulieren eigener Bedürfnisse und die Bedürfnisse anderer zu erkennen.



Auf dieser Grundlage erlernen Sie verschiedene Arten sich in den anderen und sich selbst einzufühlen. Sie erkennen Botschaften, die sonst im Verborgenen liegen. In Übungen und Vorträgen erkennen Sie, wie Sie durch die Art und Weise wie wir eine Information wahrnehmen Ihre eigene innere Realität schaffen. Wir betrachten wie konstruktiv mit Ärger umgegangen werden kann und wie Konflikte partnerschaftlich bearbeitet und gelöst werden können.