



Entscheide, in welcher Welt du leben willst –
und dann beginne so zu leben!

Marshall Rosenberg

GFK-Aufbautraining
Berufsbegleitende Fortbildung
Gewaltfreie Kommunikation®

nach Marshall Rosenberg



Mai bis November 2023
5 Blöcke à 3 Tage (15 Tage)
Start: 04. – 06. Mai 2023
69509 Mörlenbach / Odenwald
Jungviehweide 9

Eberhard Scherertz

Zertifizierter Trainer für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC)

Zielgruppe:

Dieses berufsbegleitende Fortbildungstraining richtet sich an Menschen, die die Gewaltfreie Kommunikation schon intensiv kennen gelernt haben und ihre bisherige Erfahrung wesentlich vertiefen möchten, um noch mehr Sicherheit und Vertrauen zu gewinnen im Umgang mit sich selbst und anderen.

Dieses Fortbildungstraining kann auch ein weiterer Baustein der Ausbildung zum*r Trainer*in für Gewaltfreie Kommunikation sein nach den Richtlinien des *Center for Nonviolent Communication*. Dies ist ein umfassender Prozess, den ich gerne weiter unterstütze.

Seminarleitung:



Eberhard Scherertz

Kommunikationsberater, Coach, zert. Trainer (CNVC)

Mit meinen Seminaren, Coachings und Projekten zur Entwicklung der GFK in Institutionen möchte ich gerne zu einer wertschätzenden Gesprächs- und Begegnungskultur in unserer Gesellschaft beitragen. Dafür engagiere ich mich seit meiner ersten Begegnung mit M. Rosenberg im Jahr 1997. Ich arbeite gerne mit Menschen, die offen für Neues sind und sich persönlich weiterentwickeln möchten. Mir ist es auch wichtig, Menschen in ihren Beziehungen zu unterstützen, so dass sie miteinander wachsen – gerade in diesen herausfordernden Zeiten.

Ich wünsche mir, dass die Teilnehmenden die Freude und den Mut mitbringen, die Gewaltfreie Kommunikation in der Fortbildungsgruppe im lebendigen Miteinander zu lernen und zu leben. Mir ist es wichtig, in der Gruppe den sozialen Wandel zu leben, den die GFK anstrebt.

Mein Arbeitsstil ist teilnehmer- und prozessorientiert. Die lebendige Praxis ist mir genauso wichtig wie die Vermittlung theoretischer Inhalte. Im Plenum und in Kleingruppen arbeiten wir mit den beruflichen und persönlichen Anliegen, Themen und inneren wie äußeren Konflikten der Teilnehmenden. Dazu gehören auch die Arbeit mit behindernden Glaubenssätzen und Verhaltensmustern und die Arbeit im Plenum, um Gruppenprozesse zu klären.

Inhalte und Methoden

Das Modell der Gewaltfreien Kommunikation in herausfordernden Situationen

- Beobachtungen ohne Bewertung ausdrücken
- Gefühle wahrnehmen und ausdrücken
- Bedürfnisse erkennen und ausdrücken
- Klare Bitten und Strategien entwickeln
- Eine souveräne Haltung der GFK annehmen in der Begegnung mit „Wölfen“
- Verankerung der gewaltfreien Haltung im Tagesbewusstsein
- Vertiefende Schlüsselunterscheidungen, z.B.: Aufrichtigkeit – Authentizität

Mich selbst offen und aufrichtig ausdrücken

- Selbsteinführung und souveräner Umgang mit Wut und Ärger – „wenn mir der Kragen platzt“
- Freundschaft schließen mit dem inneren Wolf
- Transformation von Verhaltensmustern: Glaubenssatzarbeit, Matrixarbeit (Pfad der Befreiung), Dialogisches Arbeiten in kleinen und großen Gruppen, GFK in Paar-Beziehungen

Mit sich selbst und anderen empathisch umgehen

- Verschiedene Modelle zum empathischen Zuhören
- Das „4-Komponenten-Modell“ von Marshall Rosenberg (sein Nachlass)
- Wie gehe ich souverän mit einem „Nein“ um sowie mit Kritik und „Angriffen“ (Auslöser und Ursache wirklich unterscheiden)

GFK-Haltung als Werkzeug zum Sozialen Wandel nutzen

- Gewaltfreie Kommunikation in Schulen, Kindergärten, Organisationen und Unternehmen
- Gewaltfreie Kommunikation im Gruppenprozess leben
- Möglichkeiten erkunden, die GFK authentisch und mit Freude an andere Menschen weiterzugeben: Eigene Kurskonzepte, Vortragskonzepte entwickeln und erproben

Methoden

- Teilnehmerzentrierte Seminarleitung
- Dialogische Gespräche
- Rollenspiele – Probehandeln zu den Anliegen der Teilnehmenden aus dem beruflichen und persönlichen Bereich
- Prozessorientierte Plenumsarbeit
- Achtsamkeitsübungen und Körperarbeit zur Förderung der empathischen Haltung
- Unterstützungspartnerschaften unter den Teilnehmenden zwischen den Blöcken

Termine und Seminarort

04. – 06. Mai	2023	
06. – 08. Juli	2023	15 Fortbildungstage:
13. – 15. Juli	2023	jeweils Donnerstag bis Samstag
12. – 14. Okt.	2023	Donnerstag: 15:00 – 21:00 Uhr
23. – 25. Nov.	2023	Freitag und Samstag: jeweils 09:30 – 18:00 Uhr

Dialog Forum
Jungviehweide 9
69509 Mörlenbach
Tel: 06209 – 796570 (während des Seminars)
Mobil: 0177 2625171

Lageplan und Wegbeschreibung unter www.dialog-forum.com



Eberhard Scherertz
Tel: 06209 – 712216 (Büro)
Mobil: 0177 2625171
eberhard-scherertz@gmx.de

