

Betriebs- und einrichtungsinterne Fortbildungen

(z. B. in Schulen o. anderen pädagogischen und sozialen Einrichtungen, Krankenhäusern, Arztpraxen, Pflegediensten, Unternehmen u. a.)

Mediation

(Vermittlung zwischen mehreren Parteien in konkreten Konfliktfällen)

Coaching

(zu konkreten Konfliktfällen in Abwesenheit der anderen Partei)

Termine nach Vereinbarung



Möchten Sie über aktuelle Veranstaltungen informiert werden?

Dann freue ich mich, wenn Sie mir diesen Wunsch kurz (z. B. per Mail) mitteilen.

Ermäßigungen:

Meine Seminare sind als anerkannte Fortbildungen finanziell förderbar (Arbeitgeber(in), Bildungsscheck, Bildungs-prämiengutschein u. a.).

Weitere Infos und aktuelle Termine:

Maria Nelkowski

Tel.: 0541-18568686 oder 0177-8522112

m.nelkowski@web.de

www.gewaltfrei-osnabrück.de



Dr. Marshall Rosenberg...

war wissenschaftlicher Mitarbeiter von Carl Rogers und baut sein Modell auf der non-direkten Intervention und klientenzentrierten Kommunikation auf. Sein besonderer Beitrag ist, dass er die empathische Einstellung zum Leitfaden nimmt und die Komponenten der Kommunikation separiert in Beobachtungen, Gefühle, Bedürfnisse und Bitten.

Damit entsteht ein Gerüst für Gespräche, das auch in heißen Situationen überschaubar und anwendbar bleibt.

Literaturempfehlung:

Rosenberg, Marshall B., Gewaltfreie Kommunikation. Eine Sprache des Lebens, Junfermann (auch als Hörbuch erhältlich)



Konflikte verwandeln - Gespräche gestalten

Seminare, Mediation, Coaching
Bildungsurlaub



Bei dem Modell der

Gewaltfreien Kommunikation

nach Marshall Rosenberg...

...handelt es sich nicht, wie oft missverständlich vermutet, um einen Ansatz insbesondere zur Abwehr von körperlicher Gewalt, sondern es geht um eine Form der Kommunikation, die inzwischen zu den weltweit meist angewandten Konfliktlösungsstrategien gehört. Ziel der

Gewaltfreien Kommunikation (GfK)

ist, die Verständigung zwischen Menschen klarer, wertschätzender und einfühlsamer zu gestalten (s. www.cnvc.org).

Die GfK ist bedeutsam z. B. in privaten Beziehungen, in der Pädagogik, am Arbeitsplatz und in Organisationen sowie für gesellschaftliche Veränderungen.



Seminare

*für alle Menschen, die die Qualität ihrer **privaten** und/ oder **beruflichen** Beziehungen verbessern wollen*

Hier lernen Sie das Modell der Gewaltfreien Kommunikation (GfK) nach Marshall Rosenberg kennen und anzuwenden und erfahren die verbindende Wirksamkeit einer einfühlsamen Kommunikation. Dabei geht es weniger um trockene Theorievermittlung, als vielmehr um ein entspanntes, an persönlichen Erfahrungen orientiertes Lernen im geschützten Rahmen einer überschaubaren Gruppe.

Besondere Aufmerksamkeit wird unseren *Gefühlen* und *Bedürfnissen* gewidmet.

Sie erweitern Ihre Kompetenzen...

- sich ehrlich und klar auszudrücken, ohne Abwehr und Widerstand zu wecken
 - potentielle Konflikte in friedliche Gespräche umzuwandeln
 - Gedankenmuster aufzulösen, die zu Ärger, Depression und Verletzung führen
 - mehr Tiefe und Achtsamkeit in Beziehungen zu entwickeln
 - scheinbar unverständliches Verhalten anderer zu verstehen
 - Lösungen zu finden, die nach Möglichkeit die Bedürfnisse aller erfüllen
 - mitfühlend zuzuhören und die heilende Kraft der Empathie weiterzugeben
- ... und erfahren, dass Gewaltfreie Kommunikation über die verbale Kommunikation hinaus auch tiefere (heilsame) Aussöhnungsprozesse bedeuten kann.

Kursinhalte (Intensivbasiskurs):

- Einführung in das Modell der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg
- erfahrungsorientierte Übungen zu den einzelnen Komponenten der Gewaltfreien Kommunikation
- Selbstmitteilungen formulieren – authentisch, wertschätzend und effektiv
- auf eine Ärger auslösende Äußerung reagieren
- empathisches Zuhören im Sinne eines klärend-heilsamen Gespräches
- vertiefende Empathie-Prozesse zu konkreten Fällen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Leitung:

Maria Nelkowski,

Kommunikationstrainerin und Mediatorin auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation, Lehrerin

verschiedene Aus- und Fortbildungen im Beratungsbereich, insbesondere zur Gewaltfreien Kommunikation und Gestaltpädagogik

