



Impulse e.V.

SCHULE FÜR FREIE GESUNDHEITSBERUFE

Fachfortbildung

Einführung in die Gewalt- freie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg

Rubensstraße 20a - 42329 Wuppertal
Tel. 0202 73954-0 - Fax 0202 73954-12
info@impulse-schule.de
www.impulse-schule.de
Sparkasse Wuppertal
IBAN DE26 3305 0000 0000 6098 42
BIC WUPSDE33

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) geht davon aus, dass alle Menschen grundsätzlich zu Achtsamkeit, Kooperation und gewaltlosem Verhalten bereit sind, wenn sie darauf vertrauen können, dass ihre Bedürfnisse ernst und wichtig genommen werden. Die GFK als Sprache hat zum einen eine Sprachmethodik, zum anderen fördert sie eine empathische innere Haltung. Die empathische innere Haltung verdeutlicht klar und selbstbewusst unsere eigenen Bedürfnisse und bezieht dabei gleichzeitig offen und verständnisvoll die Bedürfnisse anderer Menschen mit ein. Ein vierstufiges Modell hilft dabei in die innere Haltung zu gelangen.

Wie die GFK Ihr Leben bereichern kann:

- Verbindungen mit anderen Menschen zu schaffen, die für Sie befriedigend und motivierend sind.
- Lösungen zu finden, die auf gegenseitiger Rücksichtnahme, Aufrichtigkeit und Respekt basieren.
- Für den eigenen Ärger Verantwortung zu übernehmen und mit ihm umzugehen.
- Den Umgang mit vergangenen Erfahrungen, die frustrierend, schmerzvoll oder erfolglos waren, zu erleichtern.
- Bedürfnisse so zu erfüllen, dass sie das Leben bereichern, sei es im persönlichen Leben, in Familie, Arbeit, Schule, Gesellschaft.

Inhalte (Themenbeispiele):

- Beobachten ohne zu werten.
- Einfühlsam zuhören.
- Gefühle und Gedanken unterscheiden.
- Aufmerksam mit eigenen Gefühlen und Bedürfnissen umgehen.
- Empathisch mit den Gefühlen, Bedürfnissen anderer umgehen.
- Umgang mit Ärger.
- Werte und Moral.
- Schuld, Scham, Strafe und Belohnung (Lob).
- Bitten statt fordern.
- Giraffendank und Feiern.

Dozentin:

Janet Jenichen, exam. Krankenschwester, Dialogprozess-Begleiterin,
Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation

Seminarzeiten:

Samstag 11.00 – 17.00 Uhr (45 Min. Mittagspause)

Sonntag 10.00 – 12.30 Uhr

Seminarort: Wuppertal**Seminartermine:**

Die Seminartermine können Sie auf unserer Homepage www.impulse-schule.de unter Fachfortbildung abrufen. Studierende erhalten die Termine auch regelmäßig mit der Broschüre „Seminare des Fernlehrinstituts“ zugesandt.

Kostenfreie Rücktrittsmöglichkeit

Die Seminargebühren sind spätestens zu Seminarbeginn unter Angabe Ihres Namens, der Studiennummer (falls Sie einen Lehrgang bei uns absolvieren) und dem Titel der Fachfortbildung zu überweisen. Wir stellen die Seminargebühren auch in Rechnung, wenn Sie den Termin nicht wahrnehmen, es sei denn, Sie stornieren die Fachfortbildung schriftlich (per Post/Fax/E-Mail) bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn.

Seminarausfall

In begründeten Fällen, z.B. bei Ausfall einer Dozentin/eines Dozenten oder bei zu geringer Teilnehmer/innen/zahl, behalten wir uns vor, das ausgeschriebene Seminar abzusagen. In diesem Fall wird eine bereits entrichtete Fachfortbildungsgebühr rückerstattet. Darüber hinausgehende Ansprüche gegen Impulse e.V. sind ausgeschlossen.

Anmeldung zu einem Seminar

Online-Seminaranmeldung: Bei uns eingeschriebene Studierende können die Seminare auf unserer Homepage buchen. Es werden die zur Auswahl stehenden Seminare gelistet, Sie können erkennen, wie viele freie Plätze noch vorhanden sind und erhalten nach Ihrer Anmeldung sofort die Bestätigung nebst Anfahrtsbeschreibung an Ihre E-Mail-Adresse gesandt. Wählen Sie www.impulse-schule.de, dann „Login Online-Studienzentrum“.

Schriftliche Seminaranmeldung per Fax oder Post: Sie können sich für die Seminare auch per Post oder per Fax anmelden. Nutzen Sie hierzu bitte den folgenden Vordruck:

Seminartitel: _____

Seminarort: _____

Termin/e: _____

Name, Vorname: _____

Studien-Nummer (*falls vorhanden*): _____

Straße: _____

PLZ, Wohnort: _____

Telefon: _____

E-Mail-Adresse: _____

Datum, Unterschrift: _____