

Trainer



Herbert Warmbier ist Pädagoge, NLP-Trainer und Coach (DVNLP), Trainer für Gewaltfreie Kommunikation und Schüler von Marshall B. Rosenberg.

Aus- und Weiterbildung in der Konfliktbearbeitung und Mediation, langjährige Erfahrung als Lehrer sowie in der Erwachsenenbildung.

Rahmen und Kosten

Das Training umfasst 18 Stunden. Seminarzeiten: 10.00 bis 19.00 Uhr.

Ort: NLP-Akademie der Padberg-Beratung, Kölnstraße 103, 53111 Bonn-Zentrum. Parkplätze sind vorhanden.

Die Kosten betragen 360,50 Euro (plus MwSt.) /429,- Euro (inkl. MwSt). Der Einsatz eines **NRW-Bildungs-**schecks /Prämiengutscheins ist möglich.

Termin

Samstag 07.09. bis Sonntag 08.09.2019

Anmeldung

Anmeldungen bitte per Telefon, E-mail oder Fax.



Gewaltfreie Kommunikation



Wertschätzend kommunizieren
Einführung in die GFK

07. bis 08.09.2019

Grundlagen der Gewaltfreien
Kommunikation lernen

Individuelle Kommunikation verbessern

Konfliktprävention – Konfliktfreies
Miteinander schaffen

padberg | beratung
management training coaching

Bonner Talweg 178
53129 Bonn

Fon 02 28 | 24 24 - 854
Fax 02 28 | 24 24 - 618

E-mail: info@padberg-beratung.de
Internet: www.padberg-beratung.de

padberg | beratung
management training coaching

GFK in Theorie und Praxis

Das Training

Was uns ausmacht



Was ist Gewaltfreie Kommunikation?

Gewaltfreie Kommunikation (GFK) ist ein **Kommunikationsmodell**, das von **Marshall B. Rosenberg** in den 70-er Jahren in den USA entwickelt wurde. Heute zählt die GFK international zu den **anerkanntesten Methoden der Konfliktprävention und konstruktiven Konfliktlösung**.

Die GFK führt zu einer Sprache, die es gerade unter herausfordernden Umständen möglich macht, in einem **guten Kontakt mit uns selbst** und unseren **Gesprächspartnern** zu bleiben. Sie verhilft dazu, uns ehrlich und klar auszu-drücken und **anderen Menschen** unsere **respektvolle** und **einfühlsame Aufmerksamkeit** zu schenken.

„Was ich in meinem Leben will, ist Einfühlsamkeit, ein Fluss zwischen mir und anderen, der auf gegenseitigem Geben von Herzen beruht.“

Marshall B. Rosenberg

Mit der GFK entfernen wir uns von einer **Vorwurfshaltung** und konzentrieren uns darauf, was wir **wahrnehmen, fühlen, brauchen** und **wünschen**. Dies kann unsere Sicht auf andere und uns selbst tiefgreifend und konstruktiv verändern.

Durch die GFK entwickeln wir **Möglichkeiten** und **Ressourcen**, mit denen wir **Probleme in Beziehungen** ebenso lösen können wie im **Arbeits- oder Erziehungskontext**.

Ziel des Trainings

Das Training verhilft dazu, die **eigenen Beobachtungen, Gefühle, Bedürfnisse** und **Wünsche** besser wahrzunehmen und diese auszudrücken. Ziel des Trainings ist es, neue **motivierende Gestaltungsspielräume** und **Wahlmöglichkeiten** zu entdecken und zu entwickeln.

Hierbei lernen die Teilnehmer/innen auch unter Belastung im Sinne einer **Konfliktlösung** zum einen bei sich zu bleiben und zum anderen **konstruktiv, würdigend** und **lösungsorientiert** zu handeln.

Inhalte

- Die Teilnehmer/innen lernen die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg kennen.
- Sie lernen flexibel mit Situationen umzugehen, in denen Konflikte entstehen können. Hierzu zählen z.B. die Bereiche Beruf, Familie und persönliche Beziehungen.
- Die Teilnehmer/innen lernen Konfliktpotenziale frühzeitig zu erkennen und zu entschärfen. Sie erfahren, wie sie Konfliktsituationen erfolgreich moderieren und für alle Beteiligten gewinnbringend lösen können.
- Sie lernen Werkzeuge kennen, die es ihnen ermöglichen, die Qualität ihrer Kommunikation zu überprüfen und zu optimieren.

Unser Anspruch

Unser Lehrziel ist nicht nur die Vermittlung neuer Kenntnisse und deren flexible Anwendung. Wichtig ist uns auch der respektvolle und würdigende Umgang mit sich selbst und anderen sowie die persönliche Entwicklung jedes Einzelnen.

Wir fühlen uns verpflichtet

- Für ein gutes Trainingsklima zu sorgen.
- Verständlich, präzise und praxisnah zu erklären.
- Das Erklärte kompetent zu demonstrieren.
- Darzulegen, was genau getan wird.
- Mit Kritik konstruktiv umzugehen.
- Uns gemäß den gelehrtten Prinzipien zu verhalten.

