

**Sie sind in unserem Jahres-Intensivkurs richtig,
wenn Sie:**

- Ihr Verständnis der GFK vertiefen wollen
- flüssiger gewaltfrei kommunizieren möchten
- die Haltung und Praxis der GFK noch besser in Ihren Alltag, sei es privat oder beruflich, integrieren wollen
- besser verstehen möchten, was in Ihnen vorgeht, und wie Sie mit sich selbst verständnisvoller umgehen können
- den Weg der Zertifizierung als Trainer/in einschlagen wollen: die 14 Ausbildungstage werden als ein Teil der dafür nötigen Voraussetzungen anerkannt.

Die Teilnahme an einem Jahreskurs wird als Baustein für die Zertifizierung als Trainer*in des Centers for Nonviolent Communication (CNVC) empfohlen. Die Trainerzertifizierung ist ein eigener Prozess, der vom CNVC entwickelt wurde.

Weitere Infos: www.gfk-info.de, www.gfk-trainer-werden.de
www.fachverband-gfk.org

Der Kurs ist so ausgelegt, dass eine Teilnahme nur an einzelnen Wochenenden nicht möglich ist.

Anmeldung und organisatorische Fragen:

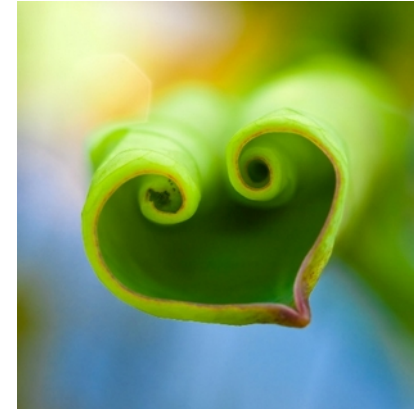
- <https://gemeinschaft-sonnenwald.de/gfk-intensiv>
- Mireia Ludwig, mireia@sonnenwald.org
- Anmeldeschluss: 15.02.2022
- Die Plätze werden nach der Reihenfolge der Anmeldung vergeben, gegebenenfalls werden wir eine Warteliste führen.
- Nach der Überweisung der Anzahlung wird der Platz reserviert und bestätigt.

Kontakt für inhaltliche Fragen:

Ingrid Halbritter M.A., Tel 0162/72 56 864,

ingrid.halbritter@pharos-online.org

Annette Keimburg, Tel 07448/4100484, Annette@Keimburg.de



**„Verbindung hat Vorrang -
mit mir selbst und anderen“**

Jahresintensivkurs 2022
Gewaltfreie Kommunikation
nach Marshall B. Rosenberg



mit Annette Keimburg
und Ingrid Halbritter

zertifizierte Trainerinnen vom
„Center for Nonviolent Communication“

Das Angebot:

In einer vertrauten Gruppe von Menschen wollen wir mehrere Monate an der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) dranbleiben.

Im ersten Block werden wir uns kennen lernen und intensiv in die Welt- und Menschensicht der GFK, ihre Modelle und Hilfsmittel einsteigen.

Im zweiten Block konzentrieren wir uns auf Selbstempathie und Empathie gegenüber anderen, und üben, aus der inneren Haltung der GFK heraus „alltagstauglich“ zu kommunizieren.

Im dritten Block vertiefen wir die Grundlagen, erforschen unsere Innenwelt im Lichte der GFK, und wenden komplexere GFK-Hilfsmittel bei unseren eigenen Themen an.

Im vierten Block nehmen wir das Thema „sozialen Wandel“ in den Blick und befassen uns besonders mit den Aspekten „Strafe“ und „Belohnung“, „Schuld“ und „Scham“. Dabei erforschen wir, wie wir die GFK für das Ausleuchten unserer Schattenseiten nutzen können.

In der Zeit zwischen den Blöcken kann sich das Erarbeitete setzen und im Alltag erprobt und eingeübt werden.

Wir legen Wert auf die innere Haltung, die Spiritualität und das individuelle Wachsen im jeweils eigenen Prozess.

Die Inhalte:

Grundlagen der GFK

- Marshall B. Rosenberg/CNVC und der Zertifizierungsprozess
- Menschenbild und Weltsicht
- Haltung der Gewaltfreiheit, Absichten und Ziele der GFK
- Spiritualität
- Veränderungsebenen: im Inneren, zwischen Menschen und gesellschaftlich

Die Modelle der GFK

- die vier Elemente/Schritte
- das 4-Ohren-Modell
- das Ärger-Modell
- „Dancefloor“ – Kommunikation im Giraffentanz‘
- das Modell des „Inneren Teams“ (Schultz von Thun) und GFK

Die Prozesse der GFK

- sich aufrichtig ausdrücken
- empathisch zuhören (sich selbst und anderen)
- gewaltfrei unterbrechen, „Nein“ sagen
- bedauern und feiern
- Wertschätzung / Dank annehmen und geben

Trainerinnen:



Ingrid Halbritter M.A. Annette Keimburg Pfrin i.R.

Beide sind zertifiziert vom „Center for Nonviolent Communication“

Kostenfreier Infoabend über Zoom

Dienstag, 30.11.2021, 18:30 - 20:00 Uhr

im Anschluss individuelle Beratung möglich

14 Ausbildungstage an folgenden Terminen:

- Mittwoch, 02.03. bis Sonntag, 06.03.2022
- Donnerstag, 19.05. bis Sonntag, 22.05.2022
- Donnerstag, 14.07. bis Sonntag, 17.07.2022
- Donnerstag, 29.09. bis Montag, 03.10.2022

Empfang ab 17:00 Uhr, Programmende um 15:30 Uhr

Gruppengröße: mindestens 8 und höchstens 16 Teilnehmende

Ort: Gemeinschaft Sonnenwald, Seewald-Schernbach

Voraussetzungen:

mindestens ein Einführungsseminar bei einem/r zertifizierten Trainer*in

Kosten:

Kursgebühr 1.680,00 €, ab 12 Teilnehmenden reduzieren sich die Kosten und wir erstatten eingezahltes Geld zurück.

Anzahlung bei Anmeldung: 400,00 €, Bezahlung pro Modul möglich

Biovollwert-Verpflegung 39 € / Tag

Unterkunft für 14 Seminartage 126 - 441 €, je nach Komfort

Details siehe Anmeldeformular, <https://gemeinschaft-sonnenwald/gfk-intensiv/>

Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Gemeinschaft Sonnenwald, <https://gemeinschaft-sonnenwald.de/agb>