

Gewaltfreie Kommunikation (GFK) und ihre Anwendung im (beruflichen) Alltag

Der Prozess der Gewaltfreien Kommunikation (GFK – nach Marshall B. Rosenberg) hilft uns, mehr Klarheit im eigenen Kommunikations- und Konfliktverhalten zu entwickeln und die Qualität von (beruflichen) Beziehungen zu verbessern. Vorwürfe, Kritik oder Forderungen erscheinen plötzlich in einem anderen Licht, wenn transparent wird, welche Bedürfnisse des anderen dahinterstecken. In der Anwendung der GFK können wir das bekommen, wonach wir suchen: konstruktive Konfliktlösung bzw. -prävention durch Wertschätzung, Aufmerksamkeit und Einfühlung im gegenseitigen Austausch.

Inhalte

- Die 4 Schritte der Gewaltfreien Kommunikation
- Unterschiede erkennen zwischen
 - Beobachtungen und Bewertungen
 - Bitten und Forderungen
- Empathische Präsenz: zuhören
- Herausfordernde Gesprächssituationen meistern und Ärger überwinden
- (Kritisches) Feedback geben ohne zu verletzen

Methoden

- Trainerinput
- Übungen im Team
- Übung mit eigenen Situationen aus dem (Berufs-)Alltag
- Reflexion und Austausch

Zielgruppe

Interessierte Mitarbeiter*innen der Arbeiterwohlfahrt und Externe

Ihr Gewinn

- Sie erlangen Klarheit im eigenen Kommunikations- und Konfliktverhalten
- Sie erkennen, welche Bedürfnisse hinter Vorwürfen und Anliegen anderer stecken
- Sie hören aktiv zu und (er-)kennen Gefühle und Bedürfnisse des Gesprächspartners
- Sie kommen zum Ziel: Sie sprechen konkrete und wirkungsvolle Bitten aus

Kurs Nr.	060-19
Termine	15./16. Oktober 2019 Neuer Termin!
Zeit/Ort	jeweils 9-16 Uhr, 16 UE*; AWO Akademie Saar
Referentin	Patricia Bonaventura, M.A.; Bildungsreferentin AWO Akademie Saar
Teilnahmegebühr	158,-- € für AWO-Mitarbeiter*innen und -Mitglieder und 480,-- € für externe Teilnehmer*innen inkl. Pausengetränke und Imbiss
	<small>* 1 Unterrichtseinheit (UE) = 45 Minuten</small>

STAND: 15.05.2019