

MODUL 1 Grundlagenseminar

SEMINARINHALT Im **2-tägigen Grundlagenseminar** lernen Sie das Modell der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg kennen und üben die praktische Umsetzung. Sie schulen Ihre emotionale Intelligenz und gewinnen die Fähigkeit, Konflikte und schwierige Gesprächssituationen auf Augenhöhe zu lösen. Sie werden handlungs- und entscheidungsfähiger: Sie Iernen, Ihre Anliegen so zu formulieren, dass sich Ihre Gesprächspartner Ihnen entgegenkommend zuwenden, kooperieren und sich nicht verletzt fühlen. Darüber hinaus erkennen Sie den Ursprung unangenehmer Gefühle wie Wut, Ärger, Schuld und Scham und Iernen, sie verständnisvoll zu kommunizieren. Aus Kritik und Verurteilung hören Sie die tatsächlichen Anliegen heraus und nehmen nichts mehr persönlich. Ihre Intentionen bleiben bestehen, ohne dass Sie durch Drohen oder Manipulation die Beziehung zerstören. Das Grundlagenseminar ist die Basis für alle Einsteiger in die Gewaltfreie Kommunikation und Voraussetzung für alle nachfolgenden Seminare, die darauf aufbauen.

SEMINARZIELE

- Vier-Schritte-Modell der Gewaltfreien Kommunikation
- Selbstempathie und Empathie
- Ausbau der eigenen Kommunikations-Fertigkeiten
- Eigene und fremde Anliegen erkennen
- Ursprung von Emotionen in der Kommunikation verstehen

SEMINARDAUER 2 Tage (2 x 6,5 Lektionen à 60 Minuten)

SEMINARKOSTEN CHF 550.— inkl. Unterlagen

CHF 490.- bei Anmeldung und Bezahlung bis 3 Monate vor Seminarbeginn (Frühbucherrabatt)

SEMINARORT Stiftung zur Palme, Hochstrasse 31-33, CH-8330 Pfäffikon/ZH

SEMINARSTRUKTUR Kurzen Theorie-Inputs folgen jeweils praktische Übungen in Einzel-, Partner- oder Gruppenarbeit.

GRUPPENGRÖSSE maximal 12 Personen

VORAUSSETZUNG keine



SEMINARLEITUNG



Uschi Kellenberger, anerkannte Trainerin Fachverband Gewaltfreie Kommunikation® Geschäftsleitung Empathie-Werkstatt® GmbH, Dozentin, Coach, Mediatorin, Autorin

Meinen ersten Berührungspunkt mit Gewaltfreier Kommunikation (GFK) hatte ich im Jahr 2008: auf der Suche nach einer Methode zur Konfliktlösung. Inzwischen weiss ich, dass GFK viel mehr kann als «nur» Konflikte lösen; sie ist eine wertvolle Hilfe dabei, sich mehr und mehr mit all den Problemen und Herausforderungen auszusöhnen, die der Alltag und das menschliche Miteinander manchmal für uns bereithalten. Seit 2011 leite ich hauptberuflich Seminare in Gewaltfreier Kommunikation und begleite Menschen in High-Quality-Empathie-Sessions, die sich ganz direkt positiv auf die Selbstannahme, die Selbstbestimmung und den inneren Frieden auswirken. In diesen Seminaren wird Empathie dabei nie abstrakt gelehrt, sondern stets so vermittelt, dass die Teilnehmer sie selbst erfahren und leicht in ihren Alltag integrieren können.

TERMINE

(Sa./So.) 14./15. Januar 2023 (Sa./So.) 1./2. Juli 2023 (Sa./So.) 25./26. Februar 2023 (Sa./So.) 2./3. September 2023 (Sa./So.) 11./12. März 2023 (Sa./So.) 14./15. Oktober 2023 (Sa./So.) 1./2. April 2023 (Sa./So.) 4./5. November 2023 (Sa./So.) 13./14. Mai 2023 (Sa./So.) 2./3. Dezember 2023

SEMINARZEITEN

9:15 - 17:15 Uhr

VERPFLEGUNG

Das Mittagessen nehmen wir in einem nahe gelegenen Restaurant ein. Getränke können von der Stiftung zur Palme erworben werden.

UNTERKUNFT

Buchen Sie bitte Ihre Unterkunft in der Nähe autonom.

ANMELDUNG

Sie können sich online, per Mail oder per Post mit dem Anmeldeformular anmelden. Umgehend erhalten Sie dann die Anmeldebestätigung mit allen Informationen sowie einem Einzahlungsschein per Mail oder Post zugestellt. Nach Eingang der Seminargebühr ist Ihr Platz reserviert.

ZERTIFIKAT

Nach dem Abschluss erhalten Sie ein Teilnahmezertifikat. Dieses Seminar wird für die Anerkennung des Fachverbandes (www.fachverband-gfk.org) zur Trainerzertifizierung vollumfänglich angerechnet.

RÜCKTRITTS-BEDINGUNGEN

Die Anmeldung erfolgt schriftlich mit dem Anmeldeformular. Nach dessen Erhalt senden wir Ihnen eine Anmeldebestätigung, die Rechnung und den Einzahlungsschein für die Seminargebühr per Post oder Mail zu. Die Rechnung wird 30 Tage vor dem ersten Seminartag fällig. Mit unserer Anmeldebestätigung per Post oder Mail ist der Vertrag gültig. Ein Rücktritt von der Anmeldung mehr als 45 Tage vor Seminarbeginn wird mit CHF 80.— Bearbeitungsaufwand verrechnet. Ein Rücktritt von der Anmeldung bis 14 Tage vor Seminarbeginn wird mit 50% und ein Rücktritt weniger als 14 Tage vor Seminarbeginn oder gar Fernbleiben mit 100% der Seminargebühr als Stornokosten verrechnet. Für Mahnungen wird ein Bearbeitungsaufwand von CHF 80.— berechnet. Die Umbuchung auf einen Ersatzteilnehmer ist kostenlos möglich. Umbuchung und Stornierung bedürfen in jedem Fall der Schriftform und erhalten erst durch unsere Bestätigung rechtliche Gültigkeit. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, welche im Krankheitsfall auch für die Seminargebühren aufkommt.











In Uschi Kellenberger habe ich eine Trainerin gefunden, die mir die Gewaltfreie Kommunikation in ihrer vollen Tiefe beibringen kann. Mir war es wichtig, nicht bei der Mechanik zu bleiben, sondern GFK in meine eigene Sprache integrieren zu können. Nicht nur authentisch zu bleiben, sondern meine eigene Authentizität noch weiter zu entdecken. **Sonja**

ANMELDEFORMULAR

Zutreffendes bitte ankreuzen

Voller Vorfreude melde ich mich verbindlich für dieses GRUNDLAGENSEMINAR an:

 (Sa./So.) 14./15. Januar 2023
 (Sa./So.) 1./2. Juli 2023

 (Sa./So.) 25./26. Februar 2023
 (Sa./So.) 2./3. September 2023

 (Sa./So.) 11./12. März 2023
 (Sa./So.) 14./15. Oktober 2023

 (Sa./So.) 1./2. April 2023
 (Sa./So.) 4./5. November 2023

 (Sa./So.) 13./14. Mai 2023
 (Sa./So.) 2./3. Dezember 2023

Ich profitiere vom Frühbucherrabatt (bei Anmeldung und Bezahlung bis 3 Monate vor Seminarbeginn) und bezahle CHF 490.—
Ich bezahle die Seminargebühr von CHF 550.—

Die Seminarinformationen und die Rücktrittsbedingungen habe ich gelesen und erkenne ich an.
Die Seminargebühr überweise ich unter Angabe des Verwendungszwecks (Grundlagenseminar, Datum, Teilnehmername) via Einzahlungsschein, der mir mit der Anmeldebestätigung zugeschickt wird.

Vorname	Nachname
Telefon	Geburtsdatum
Strasse	PLZ Ort
Datum von heute	E-Mail-Adresse
Bemerkung	

Ich willige ein, dass dieses Formular auch ohne Unterschrift gültig und verbindlich als Anmeldung gilt.

Anmeldeformular bitte vollständig ausgefüllt per Post oder E-Mail an:

EMPATHIE-WERKSTATT® GmbH

Uschi Kellenberger Blaurockstrasse 22b CH-8260 Stein am Rhein Fon: +41 (0)44 941 92 04 Mobil: +41 (0)78 646 25 04 kontakt@empathie-werkstatt.ch www.empathie-werkstatt.ch

