

# EINFÜHRUNGSSEMINAR GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

## Konfliktmanagement und Empathiefähigkeit

Wie oft scheitern wir an zwischenmenschlichen Unstimmigkeiten und schüren einen Konflikt, obwohl wir genau das Gegenteil wollen? Wie schnell entstehen Missverständnisse, weil Verständigung nicht verlässlich und leicht funktioniert? Wie viel unterschwellige Konflikte belasten Teams und wirken im Verborgenen?

Egal was ist – es geht immer um die Kommunikation miteinander. Wollen wir unser Konfliktmanagement verbessern brauchen wir eine bewusste und selbstreflektierende Kommunikation.

Mit der Gewaltfreien Kommunikation nach M. Rosenberg lernen die Teilnehmenden eine innere Haltung und eine Art zu sprechen kennen, die Kontakt und Kooperationsbereitschaft erleichtert und gleichzeitig sehr klar und effizient ist.

Das 4-Schritte-Gesprächsmodell unterstützt Teilnehmende dabei, ohne Vorwürfe oder Beschuldigungen mitzuteilen, was ihnen wichtig ist und welches Verhalten sie sich vom

anderen wünschen. Umgekehrt hilft es ihnen, hinter Anklagen oder Kritik eines Gesprächspartners, das herauszuhören worum es wirklich geht.

Dieses Verstehen öffnet eine Fülle von Handlungsoptionen und wo man vorher keine Wahl hatte, gibt es auf einmal Gestaltungsspielraum. So erfahren Teilnehmende selbst Entlastung, können Konflikte konstruktiv anpacken und in respektvollem Miteinander lösen. Im Einführungsseminar werden die ersten Schritte hin zu einer selbstreflektierenden und bewussten Kommunikation vermittelt. Darüberhinaus gibt es nach der Einführung drei Übungsabende, um das Gelernte auch in den Alltag zu integrieren.



### Ziel des Seminars:

- die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation verstehen und erste Schritte in der Anwendung der vier Grundelemente,
- Beziehungsdynamiken verstehen,
- in der Kommunikation auf den Punkt kommen,
- die Wirkung von Empathie und Selbstempathie kennen lernen.

### Was erwartet Sie:

- eine lebendige Lernatmosphäre,
- keine trockene Theorie sondern viele Übungen anhand der realen Beispiele von Teilnehmenden,
- nachhaltiges Erfahrungslernen
- international CNVC- zertifizierte GFK-Trainerinnen

### Preis für das zweitägige Einführungsseminar

460 EUR für Firmen und Organisationen

### Anmeldung

Streitfrei Nicole Ganser , Weserstr. 52  
64347 Griesheim  
www.streitfrei.net info@streitfrei.net  
Telefon: 01520 6344556

### Seminarzeiten

Sa: 10.00 –17.30 Uhr , So: 10.00 – 16.30 Uhr sowie drei Online-Übungsabende zum Üben und Dranbleiben

### Veranstaltungsort

Georgenstraße 40, 64297 Darmstadt-Eberstadt

### Trainerinnen

Nicole Ganser / Klaudia Schäfer und Assistenz

# Anmeldung zum Einführungsseminar

Datum

Vorname, Nachname Teilnehmer/Teilnehmerin

Rechnungsadresse

E-Mail-Adresse Teilnehmer/Teilnehmerin

Telefon Teilnehmer/Teilnehmerin (am besten mobil)

## **Die Teilnahmegebühr beträgt pro Person € 460,-**

Zur Anmeldung senden Sie bitte das ausgefüllte Anmeldeformular per Post oder E-Mail an uns zurück. Die Anmeldung ist verbindlich. Soweit Plätze vorhanden sind, erhalten Sie von uns eine Anmeldebestätigung und Rechnung. Bei Stornierung der Anmeldung zwei Wochen vor Workshopbeginn werden 50% der Teilnahmegebühr in Rechnung gestellt; bei Stornierung der Anmeldung eine Woche vor Workshopbeginn werden 100% der Teilnahmegebühr in Rechnung gestellt. Sollten wider Erwarten bis eine Woche vor Workshopbeginn weniger als 6 verbindliche Anmeldungen eingehen, behalten wir uns vor, das Seminar abzusagen. Streitfrei Nicole Ganser, Weserstr. 52, 64347 Griesheim  
[www.streitfrei.net](http://www.streitfrei.net) [info@streitfrei.net](mailto:info@streitfrei.net)

elektronische Signatur oder

---

Ort und Datum, Unterschrift

