

## AUSBILDUNGSLEITUNG

### Tamara Rohloff

Kommunikationstrainerin, GFK Trainerin, systemischer Business Coach, systemische Supervisorin, Referentin, Speakerin und Schauspielerin.

Tamara Rohloff kommt immer dann ins Spiel, wenn Unternehmen, Organisationen, Teams und Einzelpersonen nicht weiter wissen. Sie mag es, wenn aus „Problemen“ Lösungen werden.

### Kristin Kirchhoff

Mediatorin und Ausbilderin BM, GFK Trainerin, Prozessmanagerin für die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung (IHK), Betriebswirtin.

Kristin Kirchhoff kommt, wenn es brennt und man den scharfen Blick von außen braucht.



## ANMELDUNG

Informationen zu den Modulen, der Anmeldung, über das Stipendium usw. finden Sie auf unserer Homepage unter:

[www.klaeren-und-loesen.de/seminare/fortbildung/gfk-ausbildung](http://www.klaeren-und-loesen.de/seminare/fortbildung/gfk-ausbildung)

### klären & lösen - Agentur für Mediation und Kommunikation

Seit 15 Jahren beraten und unterstützen wir Unternehmen, Organisationen und Privatpersonen mit Mediation, Coaching, Supervision, Konfliktberatung, Teamentwicklung und Organisationsentwicklung.

Als Ausbildungsinstitut bieten wir seit vielen Jahren Mediationsausbildungen in Berlin und Köln sowie Fortbildungen und Supervision für Mediator/innen an.

*klären & lösen*  
Agentur für Mediation und Kommunikation

GRUNDAUSBILDUNG  
GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

21.08.2021 - 09.01.2022

■ **klären & lösen**  
Agentur für Mediation und Kommunikation

Gubener Str. 35 II  
10243 Berlin

030 84 31 32 29  
[info@klaeren-und-loesen.de](mailto:info@klaeren-und-loesen.de)  
[www.klaeren-und-loesen.de](http://www.klaeren-und-loesen.de)

*klären & lösen*

## GRUNDAUSBILDUNG Gewaltfreie Kommunikation

Stellen Sie sich vor, Sie könnten denken „Schwierige Gespräche gibt es nicht“. Stellen Sie sich vor, Sie könnten gelassener mit Vorwürfen und Schuldzuweisungen umgehen und würden trotz herausfordernden Situationen im Alltag konstruktiv und authentisch bleiben.

Die Gewaltfreie Kommunikation, ein von Marshall Rosenberg entwickeltes Kommunikationstraining, beleuchtet Themen unseres Alltags und unseres Arbeitslebens. Beziehungsweisheit im privaten oder beruflichen Alltag, Teamkommunikation, Konfliktkompetenz, Reflexion der eigenen Konfliktsensibilität, Grenzen setzen und akzeptieren, sinnvolles Feedback, Selbstbewusstsein als Schlüssel für Gesprächsführung, Macht, Ohnmacht und Selbstermächtigung. Kurz gesagt: Gelingende Kommunikation hält gesund, fördert ein zufriedenes und erfolgreiches Leben und bietet Lösungsansätze. Und vergessen Sie bitte nicht: Kommunikation bezieht sich nicht nur auf Gespräche mit Anderen. Sie hält uns vor Augen, was wir häufig aus den Augen verlieren. Wir reden viel mit uns selbst und das hat Auswirkungen.

Insgesamt umfasst die Ausbildung 80 Zeitstunden.

## FAKTEN

- 5 Wochenenden (Samstag 9:00 – 18:00 Uhr, Sonntag 9:30 – 17:00 Uhr und drei Übungsabende während der Ausbildung.
- Maximal 18 Teilnehmer/innen
- Alle Unterlagen auch online verfügbar
- Selbstorganisierte Lerngruppen zur Praxisvertiefung
- Bildungsurlaub je nach Bundesland möglich
- 1.950 Euro, Ratenzahlung möglich
- Als berufliche Weiterbildung von der UmSt. befreit

## ÜBERBLICK UND DATEN

### 1. Wochenende: 21.08. - 22.08.2021

GFK: Das Modell für gelingende Beziehungen  
Was ist Gewaltfreiheit?  
Das 5 Schritte Modell

Trennenden Kommunikationsmuster und ihre Wirkungen in Gesprächssituationen  
Bedürfnisse und Strategien - ein sich ergänzendes Paar

### 2. Wochenende: 25.09. - 26.09.2021

Der Gesprächsanfang: Beschreiben statt bewerten  
Gefühle statt Tätergefühle

Bitten/ Forderungen/ fromme Wünsche... wie wir die Chance auf Erfüllung erhöhen  
Erste Fallbearbeitung mit den 5 Schritten

### 3. Wochenende: 30.10. - 31.10.2021

Empathie und ihre Kraft im Alltag  
Empathie/ Mitgefühl/ Mitleid

Verstehen heißt nicht einverstanden sein  
Fremd- und Selbstempathie: das Wunder in Gesprächssituationen  
Rollenspiele empathische Gesprächsführung

### 4. Wochenende: 27.11. - 28.11.2021

Wie geht Konflikt?  
Ärger - ein gedankengemachtes Gefühl  
Glaubenssatzarbeit zum Thema Konflikt  
Perspektivwechsel als Deeskalationsstrategie  
Welcher Konflikttyp bin ich?  
Soziale Ansteckung

### 5. Wochenende: 08.01. - 09.01.2022

Grenzen setzen - Selbstempathie  
Rollenarbeit und Einbeziehung der Transaktionsanalyse  
Nein hören - Nein akzeptieren  
Eine kleine Reise ins Thema Schuld und Scham  
Der Giraffenschrei: Ärger wertschätzend ausdrücken

