

# Gewaltfreie Kommunikation (GFK) – Grundkurs

## ERFOLGREICHE BEZIEHUNGSGESTALTUNG UND KONFLIKTLÖSUNG

Dr. Marshall B. Rosenberg, ein Schüler von Carl Rogers, nennt die GFK „Eine Sprache des Lebens“, weil sie uns wieder in Verbindung zu unseren wichtigsten Lebensgrundlagen bringt, nämlich unseren Gefühlen und Bedürfnissen. Dadurch wächst unsere Fähigkeit zur Einfühlung in uns selbst und in unser Gegenüber. Im Bewusstsein der „Gleichwertigkeit“ werden die Bedürfnisse aller Beteiligten gewürdigt, um dann gemeinsam nach sozialverträglichen Lösungen zu suchen.

Das Konzept basiert auf einem „Vier-Schritte-Schema“ zur Konfliktklärung, das sich auch als Grundlage anerkannter Mediationsverfahren vielfach bewährt hat.

**Ziele:** Die Teilnehmer\*innen gewinnen einen Überblick über GFK und machen erste Erfahrungen in der Anwendung.

### Inhalte:

- Grundannahmen
- Grundhaltung der GFK
- Das Vier-Schritte-Schema nach Rosenberg
- Partnerschaftliche Konfliktlösung
- Gefühle und Bedürfnisse
- Umgang mit Ärger und Wut

**Nutzen:** Ein neues Lebensgefühl von Bejahung und Wertschätzung gegenüber sich und seinen Mitmenschen. Mehr Lebenszufriedenheit durch gelingende zwischenmenschliche Beziehungen.

# GFK in klinischer und sozialer Arbeit – Aufbaukurs 1

## PROFESSIONELLE BEGLEITUNG VON MENSCHEN IN ENTWICKLUNGSPROZESSEN

Bei konsequenter Begleitung unserer Klient\*innen aus einer Grundhaltung der GFK heraus gelingen uns authentische Begegnungen, die für eine „heilsame“ Beziehungsgestaltung unerlässlich sind. Durch die Förderung von Selbstklärung sowie den Aufbau sozialer und emotionaler Kompetenzen entwickeln Klient\*innen ein neues Selbstwertgefühl, erfahren mehr Wirksamkeit und fassen wieder Mut, sich auf neue Erfahrungen einzulassen.

**Ziele:** Transfer der GFK auf berufliche Arbeitsfelder und nachhaltige Förderung positiver Entwicklungen bei Klient\*innen.

### Inhalte:

- Vertiefung der Themen aus dem Grundkurs
- Transfer auf die Arbeitsfelder der Teilnehmer\*innen
- Übung an Fallbeispielen
- Erfahrungsaustausch

**Nutzen:** Hohe Flexibilität für situativ angemessene Interventionen; Abschied von der oft gewohnten „Kampfhaltung“; Erfahren einer neuen „Leichtigkeit“ in der täglichen Arbeit mit Klient\*innen; wirksame Burnout-Prophylaxe sowie mehr Freude und Erfüllung im Beruf.

# GFK für Multiplikator\*innen – Aufbaukurs 2

## VERMITTLUNG DER GFK AN DIE EIGENE ZIELGRUPPE

Die Seminarteilnehmer\*innen lernen die Vermittlung von Grundhaltung und Methoden der GFK an Patient\*innen / Klient\*innen in klinischen und sozialen Arbeitsfeldern. Das Einüben der GFK mit der eigenen Zielgruppe fördert deren Wahrnehmungskompetenz (Selbst- und Fremdwahrnehmung), die Empathiefähigkeit sowie den Aufbau sozialer und emotionaler Kompetenzen. Besondere Relevanz haben diese Förderziele in der Sucht- und Gewaltprävention, aber auch in allen Maßnahmen, die auf eine Verbesserung des Sozialverhaltens abzielen.

### Ziele:

- Vertiefung und Festigung der eigenen Kompetenzen in der konsequenten Anwendung der GFK
- Professionelle Weitergabe des Konzeptes der GFK an Klient\*innen- bzw. Patient\*innengruppen

### Inhalte:

- Weitervermittlung der GFK an unterschiedliche Zielgruppen
- Planung von Grundlagen-Workshops und Übungsgruppen
- Methodik und Didaktik

**Nutzen:** Befähigung zur Arbeit als Multiplikator\*in für GFK (nach Rosenberg).

**Zertifikatskurs: Multiplikator\*in für GFK (Quest)**  
Bei Buchung von zwei oder mehr Kursen erhalten Sie 5 % Rabatt.

### Zielgruppen: alle Berufsgruppen und Privatpersonen

#### 19. – 21. April 2021

Ort (Seminar-Nr.): **Heidelberg** (8016.94)

Kursleitung: Chris Schuh

☞ [kunde.gk-quest.de/8016.94](http://kunde.gk-quest.de/8016.94)

#### 07. – 09. Juni 2021

Ort (Seminar-Nr.): **Berlin** (8071.43)

Kursleitung: Chris Schuh

☞ [kunde.gk-quest.de/8071.43](http://kunde.gk-quest.de/8071.43)

Kursgebühr: 520 € inkl. MwSt.

*Auch als INHOUSE-Veranstaltung möglich.*

*Dieses Seminar ist ein (Wahl-) Modul der Stufe 2 in der Weiterbildung zum/zur MI-Coach/MI-Supervisor\*in.*

### Zugangsvoraussetzungen: GFK-Grundkurs / Grundkenntnisse

#### 04. – 06. Oktober 2021

Ort (Seminar-Nr.): **Heidelberg** (8016.95)

Kursleitung: Chris Schuh

☞ [kunde.gk-quest.de/8016.95](http://kunde.gk-quest.de/8016.95)

Kursgebühr: 520 € inkl. MwSt.

*Auch als INHOUSE-Veranstaltung möglich.*

### Zugangsvoraussetzungen: GFK-Grundkurs + GFK-Aufbaukurs

#### 21. – 23. März 2022

Ort (Seminar-Nr.): **Heidelberg** (8016.96)

Kursleitung: Chris Schuh

☞ [kunde.gk-quest.de/8016.96](http://kunde.gk-quest.de/8016.96)

Kursgebühr: 520 € inkl. MwSt.

*Auch als INHOUSE-Veranstaltung möglich.*

## Teilnahmebedingungen

### Anmeldung

Bitte melden Sie sich mit dem Anmeldeformular an, oder nutzen Sie die Online-Anmeldung unserer Internetseiten ([www.gk-quest.de/seminare](http://www.gk-quest.de/seminare)). Unmittelbar nach der Anmeldung erhalten Sie eine (automatische) Reservierungsbestätigung.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet. Ist Ihr gewünschter Kurs bereits belegt, erhalten Sie umgehend Nachricht.

Die Rechnung sowie die Wegbeschreibung zum Veranstaltungsort bzw. die Zugangsdaten zu den Remote-Workshops werden erst verschickt, wenn die Mindestzahl an Teilnehmenden für das jeweilige Seminar erreicht ist. Die Entscheidung über eine Durchführung oder Absage erfolgt - sofern nicht anders vereinbart - spätestens drei Wochen vor Seminarbeginn.

Die Rechnung bezahlen Sie bitte spätestens eine Woche vor Seminarbeginn.

### Bonusprogramme

#### Arbeitgeberbonus

Werden von einem/einer Arbeitgeber\*in gleichzeitig mehrere Teilnehmer\*innen angemeldet, so verringern sich die Gebühren um 5%; bei gleichzeitiger Anmeldung von mehr als vier Teilnehmer\*innen um 10%.

#### Teilnehmer\*innenbonus

Teilnehmer\*innen, die sich für zwei oder mehrere Seminare gleichzeitig anmelden, erhalten 5 % Ermäßigung.

Mitglieder des Expert\*innen-Netzwerks der GK Quest Akademie erhalten eine Ermäßigung von 5 % auf alle Seminare. Student\*innen und Auszubildende erhalten eine Ermäßigung von 20 %. Zum Nachweis legen Sie der Anmeldung bitte Ihre Studienbescheinigung bei.

### Anfahrt und Hotel

Für alle Seminarorte finden Sie im Internet Hinweise zur Anfahrt sowie Hotel-Empfehlungen unter:

[www.gk-quest.de/Seminare/Organisatorisches/Seminarorte](http://www.gk-quest.de/Seminare/Organisatorisches/Seminarorte)

### Bildungsgutscheine

Wir nehmen Bildungsgutscheine (NRW) und Prämiegutscheine von unseren Seminarteilnehmer\*innen an.

### Fortbildungspunkte

Bitte teilen Sie uns mit Ihrer Seminaranmeldung Ihren Wunsch nach Fortbildungspunkten mit. Die Beantragung im Rahmen unserer Seminare ist derzeit nur in Baden-Württemberg und Bayern bei den Landespsychotherapeutenkammern (LPK bzw. PTK) möglich. Ebenfalls können wir bei der Psychotherapeutenkammer in Österreich (OAP) Fortbildungspunkte für Sie beantragen.

### Unterkunft und Verpflegung bei Präsenzseminaren

Sofern nichts anderes vermerkt ist, sind in der Kursgebühr nur Pausengetränke und -snacks enthalten. Bitte buchen Sie Ihre Unterkunft selbst, und sorgen Sie für Ihre eigene Verpflegung.

### Haftung

Sollte eine Veranstaltung aus wichtigem Grund (z.B. Krankheit des/der Dozent\*in) abgesagt werden müssen, wird ein neuer Termin angesetzt. Sollte der neue Termin nicht zusagen, wird die gezahlte Teilnahmegebühr erstattet. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen.

Vertretbare Abweichungen vom angekündigten Programm bleiben vorbehalten. Als vertretbare Abweichung gilt auch ein Wechsel des/der Dozent\*in.

Anspruch auf Schadensersatz im Zusammenhang mit der Teilnahme an der Weiterbildung besteht für den/die Veranstalter\*in nur bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit. Dies gilt auch für Erfüllungs- und Verrichtungsgehilfen.

### Seminarzeiten

Sofern nichts anderes vereinbart ist, sind die Seminarzeiten:

- eintägiges Seminar: 09.00 – 16.30 Uhr
- zweitägiges Seminar: 1. Tag: 11.00 – 17.30 Uhr  
2. Tag: 09.00 – 16.30 Uhr
- dreitägiges Seminar: 1. Tag: 11.00 – 17.30 Uhr  
2. Tag: 09.00 – 17.00 Uhr  
3. Tag: 09.00 – 16.00 Uhr
- ganztägige **Remote-Workshops**: jeweils 09.00 – 16.30 Uhr

### Buchungsoptionen

Kann ein gebuchter Abschnitt einer Seminarreihe /Ausbildung von Ihnen nicht besucht werden, so kann der entsprechende Abschnitt in einer anderen Ausbildungsgruppe ohne Mehrkosten besucht werden. Dies ist auf der Anmeldung zu vermerken. Bei einem nachträglichen Wechsel wird eine Gebühr von 30,00 € für zusätzlichen Verwaltungsaufwand in Rechnung gestellt.

### Stornierungsbedingungen

Bitte reichen Sie Ihre Abmeldung schriftlich bei der GK Quest Akademie ein. Bei Rücktritt bis 3 Wochen vor Beginn des Seminars erheben wir eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 30,00 €. Bei späterer Abmeldung ist die volle Kursgebühr fällig, sofern kein\*e Ersatzteilnehmer\*in gestellt werden kann, bzw. kein\*e Teilnehmer\*in von der Warteliste nachrückt. Die gezahlte Kursgebühr, abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 30,00 €, wird jedoch bei einer späteren Buchung angerechnet.

### Zusätzliche Dienstleistungen

Für zusätzliche Dienstleistungen (z.B. Ausfertigung von zusätzlichen Teilnahmebestätigungen, Zweitrechnungen) wird eine Gebühr von 10,00 € für Mitarbeiter\*inneneinsatz und Aufwand erhoben.

### Kritik und Anregungen

Über Hinweise oder Anregungen freuen wir uns. Bitte nutzen Sie unsere Seminarevaluation, oder richten Sie ihre Anregungen direkt per Post, E-Mail oder telefonisch an uns.

Heidelberg, 29. April 2020

# Anmeldung

**Haben Sie Fragen?**  
**Tel.: +49 6221 739 2030**

GK Quest Akademie  
– Seminare –  
Maaßstr. 28  
  
D-69123 Heidelberg

## 10 € Rabatt bei Online-Anmeldung!

Online-Anmeldung unter: [www.gk-quest.de/seminare](http://www.gk-quest.de/seminare)  
☒ Geben Sie [kunde.gk-quest.de/](http://kunde.gk-quest.de/) und die jeweilige Seminar-  
nummer in die Adresszeile Ihres Browsers ein, und finden Sie  
weitere Informationen inkl. Anmeldeoption zu Ihrem Seminar.

Das ausgefüllte Formular bitte in einen Briefumschlag stecken  
oder per **Fax: +49 6221 739 2039**

### Seminaranmeldung für:

Seminar-Nr. .... Beginn .....

Seminartitel .....

Seminar-Nr. .... Beginn .....

Seminartitel .....

Ich möchte Fortbildungspunkte erwerben (derzeit nur für die  
Seminarorte **Heidelberg, München und Wien** möglich)

Wenn einer oder mehrere der folgenden Ermäßigungsgründe zutreffen,  
so verringert sich die Kursgebühr um 5% (bitte Zutreffendes ankreuzen).

Anmeldung von zwei oder mehr Teilnehmer\*innen (Arbeitgeberbonus)  
Name(n) der Teilnehmer\*innen, die sich gleichzeitig angemeldet haben:

.....

.....

Gleichzeitige Anmeldung von Teilnehmenden für zwei oder mehr  
Seminare (Teilnehmer\*innenbonus)

Mitglied im Expert\*innen-Netzwerk der GK Quest Akademie

Die Teilnahmebedingungen (s. Rückseite) und Datenschutzerklärung  
(☒ [www.gk-quest.de/Datenschutz](http://www.gk-quest.de/Datenschutz)) habe ich zur Kenntnis genommen und  
erkenne sie für mich und die von mir angemeldeten Personen ausdrück-  
lich an.

.....  
Ort, Datum

.....  
Unterschrift

### Meine Daten

.....  
Vorname

.....  
Name

.....  
Anschrift:  privat  dienstlich

.....  
Einrichtung

.....  
Straße, Nr.

.....  
PLZ, Ort

.....  
Telefon

.....  
Fax

.....  
E-Mail

.....  
Beruf

.....  
Arbeitsfeld