

# Gewaltfreie Kommunikation

## nach Rosenberg

### PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Der Prozess der Gewaltfreien Kommunikation befasst sich mit der Qualität der Verbindung von Mensch zu Mensch.

Eine Kommunikation in diesem Sinne ist gewaltfrei, wenn wir eine Haltung einnehmen, die einerseits klar und selbstbewusst unsere eigenen Bedürfnisse verdeutlicht, und dabei gleichzeitig offen und verständnisvoll die Bedürfnisse anderer Menschen einbezieht. Wir schaffen die Bedingungen, die die Bedürfnisse und Werte aller beteiligten Personen respektieren und berücksichtigen. Es entsteht eine achtsame und respektvolle Verbindung. Die Sprache der Bedürfnisse und der Gefühle wurde von dem amerikanischen Psychiater und Therapeuten Marshall B. Rosenberg in einem vierstufigen Modell entwickelt und befindet sich seit den 70er Jahren im praktischen Einsatz, überall dort, wo Konflikte drohen oder gelöst werden sollen.

Neben dem Einsatz in der psychotherapeutischen Praxis auch in Schulen, Krankenhäusern, Pflegeeinrichtungen, an Arbeitsplätzen, etc. Gemeinsam werden wir in diesem Seminar das Grundkonzept näher betrachten und in konkreten Übungen umsetzen.

#### Seminarinhalt:

- Was sind meine Bedürfnisse und Strategien?
- Wie können Konflikte gelöst werden?
- Wie kann dem Entstehen von Konflikten vorgebeugt werden?
- Die 4 Schritte der Gewaltfreien Kommunikation
- Wie kann ich mich erklären und mein Gegenüber erreichen?
- Empathie – Der Schlüssel für die Gewaltfreie Kommunikation
- Wie kann ich aus einer eskalierenden Kommunikation aussteigen?

Das Seminar eignet sich für alle, die sich mit Kommunikation beschäftigen z.B. Erzieher/innen, Lehrer/innen, Pflegepersonal, berufliche Positionen mit kommunikativen Anforderungen.

Durch gezielte und abwechslungsreiche Übungen lernen Sie, einfühlsam miteinander zu kommunizieren und ihre Menschenkenntnis und Sozialkompetenz zu verbessern. Dadurch können sie eigene und fremde Verhaltensweisen besser erkennen und verstehen.

**Dozent/in Christine Meyer:** Jg. 1978, ist verheiratet, Mutter einer wundervollen Tochter und lebt in Lilienthal. Durch den Besuch vieler Seminare und persönliche Erfahrungen interessiert sich Frau Meyer besonders für die Themen Persönlichkeitsentwicklung und Kommunikation. Nach der Ausbildung in Gewaltfreier Kommunikation und diversen Fortbildungen gibt sie ihr Wissen und ihre Leidenschaft gerne als Dozentin bei den Paracelsus Schulen weiter. Mit ihrer Arbeit unterstützt sie Menschen dabei mit sich und anderen in Verbindung zukommen, neue Erkenntnisse in ihre Kommunikation zu gewinnen und dabei innere wie äußere Konflikte zu lösen.

Termine:

**Fr. 14.02.2025**

18:00-21:00 Uhr

**Sa. 15.02.2025**

10:00-17:00 Uhr

**So. 16.02.2025**

10:00-15:00 Uhr

Preis:

**270,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Kaiser-Wilhelm-Ring 4-6  
48145 Münster  
Tel. 0251 - 47883**

Seminarnummer:

**SSH44140225**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

