

Gelassen bleiben im Konflikt

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

02. - 04.06.2023 || Missionsakademie Hamburg
20.06.2023 || Online-Seminar

"Worte können Brücken bauen oder Gräben ziehen" - das ist auch in der politischen Bildungs- und Öffentlichkeitsarbeit so. Wie reagiere ich zum Beispiel, wenn ich von meinem Gegenüber in einer politischen Diskussion oder von Teilnehmenden in einer Bildungsveranstaltung angegriffen werde oder es zum Streit in der Aktionsgruppe kommt? Was hilft mir, auch in herausfordernden Situationen respektvoll und wertschätzend zu kommunizieren? Wie kann ich meine Anliegen oder mein Feed-back ehrlich und ohne Vorwürfe ausdrücken, vor allem, wenn ich verärgert bin?

Gewaltfreie Kommunikation ist ein von Marshall Rosenberg entworfener Ansatz, der dabei hilft, eine wertschätzende Grundhaltung sich selbst und anderen gegenüber zu entwickeln. Es zeigt Wege auf, mit der eigenen Sprache achtsam und verantwortlich umzugehen, sodass selbst in herausfordernden Konfliktsituationen eine Brücke gebaut werden kann.

Dieses Seminar bietet eine Einführung in das Modell, die innere Haltung und die Sprache der Gewaltfreien Kommunikation. Anhand von Konflikten und Situationen aus der Praxis der Teilnehmenden werden wir diese Art des Kommunizierens üben und seine Wirkung erfahren. Es wendet sich an Multiplikator*innen, die im Bereich Globales Lernen, Bildung für nachhaltige Entwicklung oder transformative Bildung tätig sind.

Fortbildung für Multiplikator*innen in der Bildungsarbeit

Teilnahmebeitrag

Der Teilnahmebeitrag für dieses 2-teilige Seminar (inkl. Unterkunft und Verpflegung im Tagungshaus für den 02. - 04.06.2023) beträgt
140,- € für Vollverdienende,
70,- € für Studierende, Auszubildende, Geringverdienende, Arbeitslose,
35,- € für Bezieher*innen von ALG-II bzw. Sozialgeld,
Rückkehrer*innen von Dienste in Übersee / Brot für die Welt können pro Kalenderjahr an einem Seminar der Bildungsstelle Nord kostenlos teilnehmen.

Fahrtkosten

Fahrtkosten innerhalb Deutschlands können bei Bedarf in Einzelfällen nach vorheriger Absprache in begrenztem Umfang erstattet werden.

Schwerpunkte des Seminars werden sein:

Die vier Aspekte wertschätzender Kommunikation:

- Beschreibung der Situation ohne Bewertung
- Gefühle wahrnehmen
- Bedürfnisse ansprechen
- Bitte formulieren

Empathie – sich selbst und anderen gegenüber:

- mich selbst empathisch wahrnehmen
- empathisch fragen und zuhören
- Anerkennung der Bedürfnisse aller Beteiligten und Lösungsfindung auf dieser Basis

Um den Transfer in den Alltag zu erleichtern, wird das Präsenz-Seminar ergänzt durch ein nachfolgendes Online-Modul, in dem das Gelernte noch einmal vertieft und bereits gemachte Erfahrungen mit der Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation reflektiert werden können.

Referent*in: Simran Wester (Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC), Leiterin des Hamburger Instituts für Gewaltfreie Kommunikation, Kundalini Yoga Ausbilderin (KRI))

Das Präsenz-Wochenende und der Online-Termin bilden eine zusammenhängende Einheit und können daher auch nur zusammen gebucht werden.

Teil 1 findet vom 02.06.2023, 18.00 Uhr bis zum 04.06.2023, 13.15 Uhr in der Missionsakademie Hamburg (Rupertstraße 67, 22609 Hamburg) statt.

Die **Unterbringung** erfolgt in Einzelzimmern mit Bad.

Teil 2 findet am 20.06.2023 von 17.00 -20.00 Uhr als Online-Seminar per Zoom statt.

Technische Voraussetzungen für das Online-Modul

Die Teilnahme erfolgt vom eigenen Rechner aus. Das Seminar findet über ZOOM statt. Der Zugang erfolgt per Link, der den Teilnehmenden vor den Veranstaltungen zugeschickt wird. Als technische Voraussetzung wird ein Computer mit stabiler Internetverbindung, Kamera, Lautsprecher und Mikrofon (oder alternativ einem angeschlossenen Headset) sowie eine E-Mail-Adresse benötigt. Die Teilnahme vom Smartphone aus ist nicht ratsam, weil der Bildschirm für die geplante interaktive Arbeitsweise zu klein ist.

Anmeldung

Ihre Anmeldung ist verbindlich. Bitte melden Sie sich nur an, wenn Sie an dem gesamten (!) Seminar teilnehmen können.

Das **Anmeldeformular** finden Sie unter folgendem Link (falls Sie den Link nicht anklicken können, kopieren Sie ihn bitte in Ihren Browser):
<https://app.guestoo.de/public/event/2ba34013-8c60-4817-bebf-74e18b8f2952>

Veranstalter

Dieses Seminar wird veranstaltet von der Bildungsstelle Nord von Brot für die Welt.