

# Gymnasium in der Taus



## Förderverein

**Einladung zum Vortrag und zum Seminar**

**Thema: Gewaltfreie Kommunikation in der Schule**

*"Das Spiel, das mir am meisten Spaß bringt, heißt "Das Leben wunderbar machen". Die meisten Leute spielen "Wer hat Recht" und sie wissen nicht, dass es auch ein anderes Spiel gibt. "Das Leben wunderbar machen" können wir auch mit Leuten spielen, die "Wer hat Recht" gewöhnt sind - niemand wird das weiter spielen wollen, wenn er die Wahl hat."*

Dr. Marshall B. Rosenberg (Begründer der GFK)

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) bietet Methoden um unsere Fähigkeit zu entwickeln, uns selbst und andere empathisch wahr- und anzunehmen und uns so auszudrücken, dass wir uns gegenseitig wirklich hören.

In diesem Workshop geht es darum, diese einfühlsame Haltung kennenzulernen und die GFK zu nutzen, um vertrauensvolle Gesprächsräume zu öffnen; zu Klärung, Deeskalation und Schlichtung beizutragen; achtsam, wertschätzend und authentisch zu kommunizieren und die Kraft der Emotionen zu integrieren. Der Workshop besteht aus theoretischen Inputs sowie praktischen Übungen. Gearbeitet wird anhand realer Situationen, sodass neue Handlungsalternativen entwickelt und integriert werden können.

### **Themen:**

- Modell, Grundhaltung und Menschenbild der GFK
- 4 Grundsätze der GFK durch Übungen im Plenum, in Paaren sowie die Bearbeitung herausfordernder Situationen aus dem eigenen (privaten und/oder Berufs-)Leben kennenlernen und ausprobieren
- Anwendung der GFK für ehrliche und wertschätzende Selbstmitteilungen sowie zum empathischen aufnehmen meines Gegenübers - gerade in herausfordernden Situationen

Der genaue Ablauf des Workshops gestaltet sich spontan anhand der im Seminar aufkommenden Themen und Fragestellungen.

### **Referent:**

**David Ginati**

Wirtschaftspsychologe B.A.

Internationale Konfliktlösung und Mediation M.A.

**Termine: Siehe Rückseite!**

Leitet Workshops in Gewaltfreier Kommunikation (GFK) und Gemeinschaftsbildung und arbeitet als Mediator. In Deutschland lehrt er an verschiedenen Universitäten und arbeitet mit Pädagogen, Schulen, Teams, Organisationen und sozialen Projekten. Darüber hinaus ist er aktiv involviert in der Friedensarbeit im Nahen Osten.  
([www.davidginati.info](http://www.davidginati.info))

#### Termine:

**Mitgliederversammlung des Fördervereins mit Vortrag** zur „Gewaltfreien Kommunikation“

am Donnerstag, den 21.11. 2019 um 19.00 Uhr

#### **Seminar zur „Gewaltfreien Kommunikation“**

für Eltern, Schülerinnen und Schüler und Lehrerinnen und Lehrer

am Freitag, den 22.11. 2019 von 15.00 Uhr bis 19.00 Uhr und

am Samstag, den 23.11. 2019 von 9.30 Uhr bis 17.30 Uhr

Ort: Gymnasium in der Taus

#### **Was ist GFK?**

Gewaltfreie Kommunikation ist eine Art miteinander zu kommunizieren und geht gleichzeitig weit darüber hinaus - Sie weist den Weg in ein Leben jenseits von richtig und falsch, von Schuldzuweisungen und Schuldgefühlen, von Unterstellungen und Beurteilungen, von der Angst vor der Reaktion des Anderen, von "ich soll/sollte" und "ich muss/müsste".

GFK bietet Methoden um unsere Fähigkeit zu entwickeln uns selbst und andere empathisch wahr- und anzunehmen und uns so auszudrücken, dass es unseren Bedürfnissen entspricht und ermöglicht, uns gegenseitig wirklich zu hören. Die GFK bietet einen praktischen Ansatz, eigene destruktive Denk- und Handlungsmuster zu erkennen und liebevolle, wertschätzende, aber insbesondere auch ehrliche und authentische Beziehung mit sich und seinen Mitmenschen zu kultivieren.

Es geht darum zu lernen, volle Verantwortung für sich, seine Gedanken, Gefühle und Bedürfnisse zu übernehmen und letztere in Kooperation mit anderen zu erfüllen. Der Ansatz lädt in ein positives, humanistisches und integratives Welt- und Menschenbild ein und legt dabei besonderes Augenmerk auf die Rolle unserer (verbalen und nonverbalen) Kommunikation.

Die GFK gibt uns ein Werkzeug, gut für uns zu sorgen, insbesondere in emotional anspruchsvollen und fordernden Kontexten. Gleichsam ermöglicht sie uns, besser auf unsere Mitmenschen einzugehen und zu erfahren, worum es ihnen wirklich geht und wie wir sie am besten unterstützen können. Eine Kultur des Miteinanders kann entstehen, Missverständnisse sowie Eskalationen frühzeitig vermieden und Konflikte auf konstruktive und kooperative Art und Weise gelöst werden. Weitere Informationen unter [www.cnvc.org](http://www.cnvc.org); Center for Nonviolent Communication