

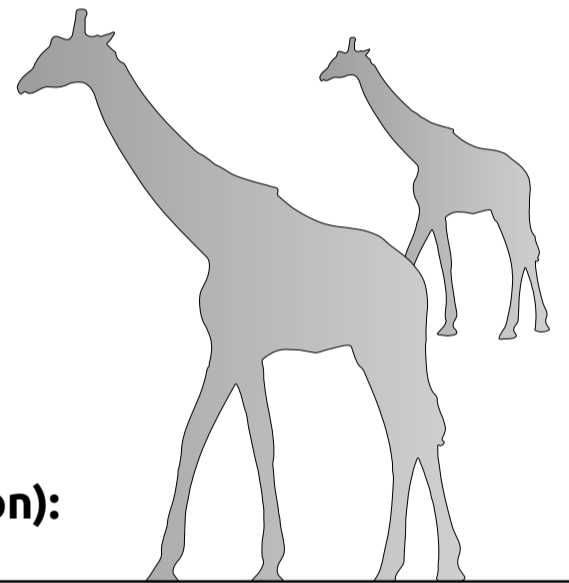


5. Allgäuer GFK-Tag

„Wie Miteinander gelingen kann“

19. Oktober 2019

Leutkirch - im Allgäu



18 Workshops mit 12 TrainerInnen
zum Kennenlernen oder Vertiefen der GFK (Gewaltfreie Kommunikation):

<p>Workshop 1 (Anfänger) Die 4 Schritte anschaulich</p> <p>Wir erarbeiten spielerisch Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis und Bitte und verstehen dadurch auch die wichtigsten Begriffsdefinitionen im Sinne der GFK.</p> <p><i>Sven Rainer</i></p>	<p>Workshop 2 (Anfänger) Mit Kindern wachsen</p> <p>Wie kann ich mit Kindern in Beziehung gehen, so dass ein wertschätzendes und einfühlsames Miteinander möglich ist? Für Eltern & Menschen, die mit Kindern arbeiten.</p> <p><i>Claudia Kircher</i></p>	<p>Workshop 3 (Fortgeschrittene) Gedanken denken - Gefühle fühlen - Bedürfnisse erkennen</p> <p>... klingt selbstverständlich, oder? Die Fähigkeit diese drei zu unterscheiden, stärkt unsere innere Klarheit und erweitert die Möglichkeiten der Kommunikation.</p> <p><i>Sylvia Lustig</i></p>	<p>Workshop 4 (Fortgeschrittene) GFK intensiv - meine Lieblingsübungen</p> <p>Einige spezielle GFK-Übungen erlebe ich als besonders intensiv und tiefgehend. Ich lade Dich ein, diese mit mir auszuprobieren ...</p> <p><i>Liane Faust</i></p>	<p>Workshop 5 (Anfänger) Empathie - mit dem Herzen hören</p> <p>Empathie kennenlernen, geben und erfahren.</p> <p><i>Julia Lang</i></p>	<p>Workshop 6 (Fortgeschrittene) Sinnvolle Peinlichkeiten</p> <p>Ein Einblick und Möglichkeiten zum Forschen rund um die Scham, wo sie sich versteckt und wie sie unser Leben bereichern kann.</p> <p><i>Daniela Jehn</i></p>
<p>Workshop 7 (Fortgeschrittene) Selbstannahme und Eigenverantwortung</p> <p>Wir üben die Annahme unserer Gefühle und Bedürfnisse. Dann erforschen wir, wie wir Verantwortung für sie übernehmen und uns von gewohnten Strategien lösen können.</p> <p><i>Sven Rainer</i></p>	<p>Workshop 8 (Anfänger) Meinen Bedürfnissen auf der Spur - vom Mangel zur Fülle</p> <p>Sie sind der Schlüssel zu mehr Verbindung und Verständnis für mich und andere. Wir erforschen unsere unerfüllten Bedürfnisse und finden Strategien hin zur Fülle.</p> <p><i>Claudia Kircher</i></p>	<p>Workshop 9 (Fortgeschrittene) Zeit zu zweit erfüllend gestalten - für Singles und Paare</p> <p>Beziehungs-Zeit ist wertvoll! Wie gelingt es, unsere Zeit zu zweit mit Hilfe der GFK so zu gestalten, dass wir erleben wonach wir uns sehnen?</p> <p><i>Ralf Clar</i></p>	<p>Workshop 10 (Anfänger) Super gemacht! - Wertschätzung in der GFK klingt anders...</p> <p>Echte Wertschätzung ist ein Geschenk! Sie ist mehr als eine positive Bewertung. Wie sie wirklich berührt und nicht nur verführt, erfahren Sie in diesem Workshop.</p> <p><i>Maika Breitfeld</i></p>	<p>Workshop 11 (Fortgeschrittene) GFK und Schule - wie geht das?</p> <p>Mit an Schule Interessierten über Gegenwart und Zukunft eines wertschätzenden und empathischen Lernortes nachdenken.</p> <p><i>Gregor Lang-Wojtasik</i></p>	<p>Workshop 12 (Anfänger) Spielend Lernen</p> <p>Spaß, Leichtigkeit, Kreativität und Lebensfreude im Mittelpunkt! Kooperation, Präsenz, Achtsamkeit und Verbindung als Qualitäten spielend erfahren!</p> <p><i>Christine Schmidt/Jutta Kromer</i></p>
<p>Workshop 13 (Anfänger) Tango Argentino, Beziehung, die man tanzen kann</p> <p>Sich einander anvertrauen. Achtsam und authentisch werden. Sich entfalten und die Nähe genießen. Wollen Sie sich vom Zauber des Tangos berühren lassen?</p> <p><i>Jutta Schneider</i></p>	<p>Workshop 14 (Anfänger) Systemisches Konsensieren in Gruppen</p> <p>Eine Konsens-Entscheidung in der Gruppe herbeizuführen ist spannend. Die Methode und verschiedene einsetzbare Werkzeuge (on-/offline) schauen wir uns gemeinsam an.</p> <p><i>Roland Wiedemeyer</i></p>	<p>Workshop 15 (Anfänger) Let's sing and make Music</p> <p>Gefühle ertönen lassen, Bedürfnisse mit Stimme oder Instrument spielerisch und intuitiv spürbar machen.</p> <p><i>Ralf Clar/Gregor Lang-Wojtasik</i></p>	<p>Workshop 16 (Fortgeschrittene) Gewaltfreier Umgang mit „Killerphrasen“</p> <p>„Das haben wir doch immer schon so gemacht“ - „Das funktioniert bei mir nicht“ - Bringen Dich solche Entgegnungen aus der Fassung? Hier gibt's 3 konkrete Impulse!</p> <p><i>Liane Faust</i></p>	<p>Workshop 17 (Fortgeschrittene) Eltern-sein, echt und empathisch</p> <p>Es geht um die Verankerung der GFK im Familienalltag. Übung mit konkreten, herausfordernden Situationen. Für Eltern oder Menschen, die mit Kindern arbeiten.</p> <p><i>Julia Lang</i></p>	<p>Workshop 18 (Fortgeschrittene) Lebendige Körperwahrnehmung</p> <p>Durch bewusstes Einbeziehen des Körpers erforschen wir Gefühle und Bedürfnisse. Es werden Dyaden (eine meditative Zweierübung) und stille Empathie ausprobiert.</p> <p><i>Daniela Jehn</i></p>

Veranstalter:
TrainerInnen Netzwerk
Gewaltfreie Kommunikation Allgäu
unterstützt von DACH für GFK e.V.

Veranstaltungsort:
Hans-Multscher-Gymnasium
Herlazzofer Str. 32
88299 Leutkirch

Infos und Anmeldung unter www.gfk-allgaeu.de