

## ReferentInnen



### **Mag.ª Pia Krismer, CMC**

Unternehmensberaterin für systemische Organisations- und Personalentwicklung, Konfliktberaterin, Coach für Führungskräfte, Bergwanderführerin, Preisträgerin beim Constantinus Award 2010 in der Kategorie Personal & Training



### **Mag. Radoslaw Celewicz**

Unternehmensberater für Organisationsentwicklung, Veränderung und Werte, Mediator, Trainer für Kommunikation (Schwerpunkt Gewaltfreie Kommunikation), Theologe, Designfotograf

Modul 1 wird von beiden ReferentInnen gemeinsam geleitet, Modul 2 gestaltet Mag. Radoslaw Celewicz, Modul 3 Mag.ª Pia Krismer

## Zielgruppe

interessierte Berufstätige

## Termine

18. und 19. Mai 2016, 29. und 30. Juni 2016  
21. und 22. September 2016  
jeweils von 9.00 bis 17.00 Uhr

## Veranstaltungsort

Haus der Begegnung, Rennweg 12, 6020 Innsbruck

## TeilnehmerInnenzahl

Mindestens 8 und maximal 15 TeilnehmerInnen

## Kosten

990.- Euro (inkl. Seminarunterlagen)

## Anmeldung und Information

Bildungszentrum der Caritas Innsbruck  
Weiterbildung für Sozial- und Gesundheitsberufe  
Heiliggeiststraße 16, 6020 Innsbruck  
Tel.: 0512 / 72 70 – 809  
Email: bildungszentrum.fortbildung@dibk.at

**Anmeldeschluss: 26. April 2016**

Lehrgang

# wirksam + menschlich — es geht

Gewaltfreie Kommunikation im Berufsalltag

18. Mai bis 22. September 2016

wirksam +  
menschlich —  
ja es geht

### Lehrgangsziele

- die Gewaltfreie Kommunikation in den eigenen Berufs-Alltag übernehmen können
- durch die Anwendung der Haltungen und Prinzipien der GFK befähigt werden, nachhaltig zur wertschätzenden und respektvollen Zusammenarbeit beizutragen
- im Umgang mit KollegInnen, MitarbeiterInnen, Vorgesetzten und KundInnen an Klarheit, Sicherheit und Wirksamkeit gewinnen

### Lernmethoden

- kurze Theorie-Inputs
- Selbstreflexion, Reflexion der Ergebnisse und Feedback von Trainerin und Trainer
- Umsetzung des Erlernten anhand konkreter Fallbeispiele und Fragestellungen der TeilnehmerInnen in Einzel- und Gruppenarbeiten
- Erfahrungsaustausch durch intensive Gruppendiskussionen
- Arbeiten im Plenum mit Fallbearbeitung
- Erarbeiten der ersten Schritte nach dem Lehrgang

*Das Seminar GFK war leider viel zu schnell vorbei. Ich möchte rückmelden, dass es ein sehr gutes Seminar war. Nach der Fortbildung geht man mit einem Werkzeug nach Hause. Es ist noch ein kleines „Schäufelchen“ und keine „Schneeschaufel“, aber man kann darauf aufbauen. Vielleicht gibt es einmal ein Seminar für „leicht Fortgeschrittene“.*

Rückmeldung einer Teilnehmerin vom Lehrgang 2012/13

*Am GFK-Lehrgang hat mit besonders gut gefallen...  
... die wertschätzende Art und Weise wie ich behandelt worden bin und dass die Referenten vorgelebt haben, was sie uns vorgetragen haben  
... die Konstellation der Referenten - einander ergänzend, souverän, Teamplayer, ebenbürtig; brauchbare Inhalte, einfallsreich*

Rückmeldungen von zwei TeilnehmerInnen am Lehrgang 2015

Das Konzept der gewaltfreien Kommunikation (GFK) stammt von Marshall B. Rosenberg. Die GFK stellt die Anliegen der Beteiligten in den Mittelpunkt. Damit verbindet sie Wirksamkeit nach außen und Einklang mit sich selbst. Das Konzept liefert Werkzeuge für die Selbstklärung und einen konkreten Umgang mit Widerstand und Konflikten. Es unterstützt bei der Überprüfung und Erreichung von Zielen.

Doch wie gelingt es, sich selbst und anderen Raum zu Entwicklung und Lebendigkeit zu geben? Wie gelingt es, in konflikthaften Situationen nachhaltige und tragfähige Lösungen zu finden? Wie gelingt es, dass Menschen in ihrer Unterschiedlichkeit erfolgreich zusammenarbeiten? Im Lehrgang werden individuelle Strategien zur Beantwortung obiger Fragen auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation entwickelt und praktisch umgesetzt.

### Inhalte

#### Modul 1

- Gewaltfreie Kommunikation als Sprachkonzept kennen lernen und erleben
- die Methode ausprobieren und erfahren, wie sie im eigenen Kommunikationsalltag (beruflich und privat) wirkt

#### Modul 2

- das Dialog-Modell der GFK üben
- die eigene GFK-Sprache entwickeln
- innere und äußere Konflikte empathisch bearbeiten
- andere Menschen empathisch begleiten

#### Modul 3

- Gesprächsformen, die kooperatives Miteinander fördern
- MitarbeiterInnengespräche klar und empathisch führen
- Konflikt- und Kritikgespräche mithilfe von GFK führen
- Wertschätzung und Respekt im Team

*Ich habe in privater und beruflicher Hinsicht vom GFK-Lehrgang enorm profitiert. Schwierige Gespräche und Situationen haben ihre Bedrohlichkeit verloren, wodurch ich mich handlungsfähiger und mutiger fühle als vor dem Lehrgang. Ein wichtiger Aspekt, der von der Lehrgangsführerin und dem Lehrgangsführer sehr einprägsam vermittelt worden ist, ist die Selbstempathie. In diesem Zusammenhang ist mein Bewusstsein für das große Spektrum an Gefühlen und Bedürfnissen angewachsen, wodurch ein einfühlsamerer und geduldigerer Umgang mit mir selbst und mit meinen Mitmenschen möglich geworden ist. Obwohl der Lehrgang „nur“ 3 Module umfasst, ist er sehr intensiv und bietet eine wunderbare Grundlage, um die GFK im Sinne eines lebenslangen Lernens kennen zu lernen und zu üben.*

Rückmeldung einer Teilnehmerin vom Lehrgang 2014