



Entwicklung in der GFK rund um Ahorn und in Oberösterreich mit Andrea Scheuringer:

- **3 Abende GFK & Gruppen, 18 – 21 Uhr. Start ab 4 Personen € 70/Abend/Person.**
- 17. Oktober 2023: GFK und Gruppen. Was ist zu beachten, weshalb dauert eine Veränderung so lange und was wird in der Phase der Veränderung spürbar?
- 21. November 2023: Gemeinsame Entscheidungen im Konsent treffen. Unterschiedliche Möglichkeiten und doch bedürfnisorientiert bleiben
- 12. Dezember 2023: Leben und leben lassen – Das Wesen der GFK ist Verbindung und nicht, dass alle tun, was ich will. Oder ich tue was die anderen / der andere will. Zu seinen Bedürfnissen stehen lernen und die der anderen gleichwertig berücksichtigen.

- **3 Abende Einführung in die gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg (kurz GFK), 18 – 21 Uhr. Start ab 4 Personen € 70/Abend/Person.**
- 16. Jänner 2024: Theorie – Wolf und Giraffe, Schritt für Schritt der 4 Komponenten
- 21. Februar 2024: 4. Komponente auf eigene Konflikterfahrungen übertragen und üben
- 11. März 2024: Empathie-Übung mit den Bodenkarten etablieren

- **3 Abende Aufrichtigkeits-Prozess „Streetgiraffe“, 18 – 21 Uhr. Start ab 4 Personen € 70/Abend/Person.**
- 1. 16. April 2024: Bedürfnisse aus konflikthaften Situationen herausfiltern und damit verbunden bleiben ..
- 2. 14. Mai 2024: .. daraus seine eigene Sprache entwickeln, in Verbindung gehen, etwas riskieren
- 3. 11. Juni 2024: .. Vertiefung durch Körperorientierung erfahren – empathic Listening üben.

Zusätzliche Lebendigkeiten in Trainer*innengemeinschaften:

5.bis 7. April 2024: „*Wach und entspannt*“ mit Paula Rossi und Allan Rohlfs (virtuell, über Interview zugeschalten)

6.bis 10. Juli 2024: Traumainformiertheit: Theorie, Phänomene und Sensibilisierung gegenüber struktureller Gewalt gemeinsam mit Lydia Hammerschmied, Robert Traxler, Joanna Quehenberger

4.bis 6. Oktober 2024: Traumainformiertheit: Notfallversorgung und Vernetzung, 1. Schritte zur Traumakompetenz und Traumaversiertheit mit Lydia Hammerschmied und zwei weiteren Kolleg*innen.

Start 16. und 17. November 2024: Lehrgang Auf dem Weg zu Trainer*in in GFK in Oberösterreich und Wien mit Lydia Hammerschmied und Paula Rossi

Ausblick 2025, 2026, 2027 – Lehrgang Traumaversiertheit im deutschsprachigen Raum und internationale Schulungen englischsprachig.

Anmeldungen bitte persönlich oder per Email: andreascheuringer@gmail.com