

Gewaltfreie Kommunikation nach Dr. Marshall B. Rosenberg Grundausbildung in vier Modulen: März – Nov. 2021

In der vertrauensvollen, sicheren Atmosphäre einer beständigen Gruppe arbeiten Sie an einer verbindenden, alltags-tauglichen Sprache und entwickeln Ihre wertschätzende Haltung weiter. Mit Hilfe bewusster Rücknahme des Tempos erkennen Sie sich tiefer. Hemmende, persönliche Kommunikationsmuster werden bewusst wahrgenommen und le-bensdienlich gewandelt. Sie befreien sich aus dem Automatismus von (Selbst-)Verurteilung, Schuldgefühlen und Ärger. Ihr Gewinn: Wirksamkeit, Gelassenheit und Lebensfreude.

Grundlagen vertiefen (Köln)

19. – 21. März 2021

Sich empathisch verbinden - sich der Veränderung öffnen (Kloster Steinfeld, Eifel)

07. – 11. Juni 2021

Authentisch kommunizieren (Köln)

03. – 05. Sept. 2021

GFK im Alltag leben (Köln)

12. – 14. Nov. 2021

Der Nutzen der Ausbildung für Sie

- Indem Sie Ihre Fähigkeit zur Beobachtung stärken und sich eigener Bewertungen und Interpretationen bewusst werden, durchbrechen Sie erfolgreich alte Muster von Angriff und Selbstdemontage.
- Durch die Ausrichtung Ihrer Wahrnehmung auf Gefühle und Bedürfnisse bestimmen Empathie und Entschlossenheit zunehmend Ihr Kommunikationsverhalten. Das stärkt Sie in allen Rollen Ihres privaten wie beruflichen Alltags.
- Sie bleiben in Konflikten souveräner, weil es Ihnen gelingt, auch schwierige Botschaften zu hören, ohne sie persönlich zu nehmen. Eigene Anliegen lernen Sie so auszudrücken, dass Sie leichter Gehör finden.
- Mit wachsender Gelassenheit steigt Ihr Energieniveau und Sie verbessern Ihre Gesundheit und Leistungsfähigkeit.
- Diese Ausbildung wird Ihnen **bei einer angestrebten Zertifizierung über das CNVC mit 12 Tagen angerechnet**.

Es erwarten Sie

auf den Gruppenprozess abgestimmte Übungen (Einzel-, Partner-, Gruppenübungen, Arbeit im Plenum), mit dem Ziel,

- die beobachtende Instanz in Ihnen gezielt zu trainieren
- Selbstklärung und Empathie aus verschiedenen Perspektiven zu üben und die emotionale Intelligenz zu fördern
- die Scheu vor dem Umgang mit schwierigen Gefühlen mit Leichtigkeit zu überwinden
- Bedürfnisse als lebendige Motivatoren zu erfahren und sowohl auszudrücken, als auch zu hören
- den konstruktiven Umgang mit Ärger und Wut zu üben
- durch die Arbeit mit inneren Anteilen, Entscheidungsprozesse zu verstehen und gezielt vorzubereiten
- Techniken kennenzulernen, wertschätzend „nein“ zu sagen, zu unterbrechen, Lob oder Bedauern auszudrücken, Feedback zu geben, Bitten zu äußern
- Ihre Glaubenssätze und Reaktionsmuster als Teil Ihrer persönlichen Programmierung zu erkennen und Wege zur Entwicklung kennenzulernen
- Alltägliche Gesprächsanlässe und Konfliktsituationen in vielfältigen Settings zu üben und sicher zu beherrschen

Ausgangspunkt sind immer die eigenen Erfahrungen aus Ihrem persönlichen wie beruflichen Kontext.



Beate Waltrup
Zertifizierte Trainerin CNVC®
Mediatorin BM®



Ausgebildete Qualitätsmanagerin und Auditorin

Cohnenhofstraße 94 b ■ 50769 Köln ■ Telefon 0221-9983738 ■ beate@waltrup.com



Die Ausbilderin

Beate Waltrup arbeitet als zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie/Wertschätzende Kommunikation in Unternehmen der Wirtschaft sowie in Organisationen mit sozialer, pädagogischer und gesundheitlicher Ausrichtung. Auf der Grundlage einer breitgefächerten Hochschul- und Berufsausbildung und über 20 Jahren Praxis in Lehre, Wirtschaft und Industrie coacht sie Führungskräfte und Teams und leitet Seminare im Rahmen der Personalentwicklung. Lehraufträge an verschiedenen Hochschulen sowie offene Seminare in Köln ergänzen ihr Angebot. Lebendige, humorvolle Herzlichkeit und klare Rationalität zeichnen sie aus.

Assistenz: N.N.

Organisatorisches

Kosten der Ausbildung

1.975,- € für Selbstzahler/innen inkl. MwSt., 2.380,- € für Unternehmen zzgl. USt.

Bildungsurlaub

Durch die Kooperation mit IndiTO kann die Ausbildung als Bildungsurlaub anerkannt werden. (IndiTO, Estermannstr. 204, 53117 Bonn, Tel. 0228-674663, info@indito.de)

Finanzierungshilfen

Das Land NRW bzw. der Bund unterstützt Sie auf Antrag mit einem **Bildungsscheck** oder einer **Bildungsprämie**, wenn Sie bestimmte Voraussetzungen erfüllen. Diesen Antrag müssen Sie VOR der Anmeldung zur Grundausbildung stellen. Zuständige Beratungsstellen in Köln:

Handwerkskammer zu Köln, Heumarkt 12, 50667 Köln, Tel. 0221-2022250

Industrie- und Handelskammer zu Köln, Unter Sachsenhausen 10, 50667 Köln, bildungsberatung@koeln.ihk.de, Tel. 0221-16406260

VHS Köln, Im Mediapark 7, 50670 Köln, Tel. 0221-22123999

Zeitstruktur für die „Köln-Bausteine“

Freitag 18:00 – 21:30 Uhr / Samstag 10:00 – 18:00 Uhr / Sonntag 10:00 – 16:00 Uhr

Zeitstruktur für den „Kloster-Steinfeld-Baustein“

Montag 18:00 – 21:30 Uhr / Di - Do 09:30 – 21:30 Uhr / Freitag 09:00 – 15:00 Uhr

Beginn: Montag, 18:00 Uhr mit dem Abendessen. Seminarende: Freitag mit der Abschlussrunde nach dem Mittagessen.

Unterbringung „Kloster-Steinfeld“

EZ mit eigenem en-suite-Badezimmer ab 332 Euro.

Die Preise verstehen sich für die gesamte Seminarwoche, pro Person, inkl. Vollpension (vegetarische Vollwertkost).

Bitte buchen Sie Ihr Zimmer im Gästehaus unter der Belegungsnummer B-23188. Die Abrechnung und Zahlung der Unterkunft/VP nehmen die Teilnehmer direkt vor Ort in der Seminarwoche vor.

Franziskus-Jordan-Haus (Gästehaus des Klosters Steinfeld), Hermann-Josef-Str. 4, 53925 Kall, 02441 889131

Anmeldung zur GFK-Grundausbildung

Bitte beigefügtes Vertragsformular (Seite 3 und 4) ausfüllen, unterschreiben und per Post an Beate Waltrup senden.

Anmelden können sich alle Personen, die **ein Einführungsseminar besucht haben.**



Beate Waltrup
Zertifizierte Trainerin CNVC®
Mediatorin BM®



Ausgebildete Qualitätsmanagerin und Auditorin

Fortbildungsvertrag

Zwischen

Beate Waltrup, Cohnenhofstrasse 94 b, 50769 Köln (im Folgenden „Veranstalterin“ genannt), und

Name des Teilnehmers / der Teilnehmerin

Kosten übernehmende Organisation oder Firma

Ansprechpartner/in in Organisation oder Firma

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

Telefon

Email

(im Folgenden „Teilnehmer/in“ genannt),

wird folgender **Vertrag zur Grundausbildung Gewaltfreie/Wertschätzende Kommunikation in vier Bausteinen von März – Nov. 2021** geschlossen:

- Ich bin Selbstzahler/in, für mich kostet die GFK-Grundausbildung € 1.975,- inkl. MwSt.
- Die Kosten meiner GFK-Grundausbildung von € 2.380,- zzgl. USt. übernimmt o.g. Organisation/Firma.

Diese Anmeldung ist verbindlich. Mit der Unterzeichnung des Ausbildungsvertrags sind beide Vertragsparteien für den gesamten Zeitraum der Fortbildung vertraglich gebunden. Nach Erhalt des von der Veranstalterin gegengezeichneten Vertrags wird eine **Anzahlung** von 200,- € (für Firmen: zzgl. USt.) an die Veranstalterin fällig. Nach Eingang der Anzahlung wird Ihnen ein Platz in der Grundausbildungsgruppe von 2021 reserviert.

Der Restbetrag von 1.775,- € inkl. MwSt. für Selbstzahler, bzw. 1.180,- € zzgl. USt. für Organisationen oder Firmen ist bis spätestens 19.02.2021 zu überweisen. Die Bankverbindung wird Ihnen mitgeteilt.

Unterbringungs- und Verpflegungskosten (VP) für den „Kloster-Steinfeld-Baustein“

Die Abrechnung und Bezahlung im Kloster Steinfeld für den 07. – 11. Juni 2021 nimmt der/die Teilnehmer/in selber während des Seminaufenthalts vor: Franziskus-Jordan-Haus, Hermann-Josef-Str. 4, 53925 Kall-Steinfeld (Eifel)

Rücktritt vom Vertrag:

Sollte der/die angemeldete Teilnehmer/in nicht teilnehmen können, ist eine schriftliche Abmeldung erforderlich. Erfolgt der Rücktritt des/der Teilnehmer/in schriftlich bis zum 19.09.2020 (Poststempel), behält die Veranstalterin die Anzahlung ein, bei Rücktritt bis zum 19.12.2020 ist die Hälfte der Seminarkosten zu zahlen, bei Rücktritt nach dem 19.12.2020 die gesamten Seminarkosten. Bitte prüfen Sie, ob der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung (z.B. ERV), die im Krankheitsfall für Ihre Seminargebühren eintritt, für Sie sinnvoll ist.

Für den Fall des Rücktritts durch die Veranstalterin werden die Kosten im Umfang der ausgefallenen Stunden voll erstattet. Weitere Ansprüche sind ausgeschlossen.



Beate Waltrup
Zertifizierte Trainerin CNVC®
Mediatorin BM®



Ausgebildete Qualitätsmanagerin und Auditorin

Cohnenhofstraße 94 b ■ 50769 Köln ■ Telefon 0221-9983738 ■ beate@waltrup.com

3 | 4

Ziel der Fortbildung:

Das Ziel der Fortbildung ist es, die Gewaltfreie/Wertschätzende Kommunikation in private und berufliche Kontexte zu tragen. Es wird die Fähigkeit entwickelt, die Haltung auch in herausfordernden Situationen zu leben und die lebensdienlichen Sprachmuster der GFK sicher anzuwenden. Die Ausbildung wird bei einer angestrebten Zertifizierung über das CNVC mit 12 Tagen in vollem Umfang (84 Zeitstunden) angerechnet.

Dauer/Termine der Fortbildung:

1. Grundlagen vertiefen (Köln) vom 19. – 21. März 2021

Freitag 18:00 – 21:30 Uhr, Samstag 10:00 – 18:00 Uhr, Sonntag 10:00 – 16:00 Uhr
Ort: Hotel TRYP, Domstr. 10 – 16, 50668 Köln

2. Sich empathisch verbinden - sich der Veränderung öffnen (Kloster Steinfeld) vom 07. – 11. Juni 2021

Montag 18:00 – 21:30 Uhr, Di – Do 09:30 – 21:30 Uhr, Freitag 09:00 – 15:00 Uhr
Beginn am Montag um 18:00 Uhr mit einem Abendessen, gemeinsame Seminarende am Freitag mit der Abschlussrunde nach dem Mittagessen.

3. Authentisch kommunizieren (Köln) vom 03. – 05. Sept. 2021

Freitag 18:00 -21:30 Uhr, Samstag 10:00 – 18:00 Uhr, Sonntag 10:00 – 16:00 Uhr
Ort: Hotel TRYP, Domstr. 10 – 16, 50668 Köln

4. GFK im Alltag leben (Köln) vom 12. – 14. Nov. 2021

Freitag 18:00 – 21:30 Uhr, Samstag 10:00 – 18:00 Uhr, Sonntag 10:00 – 16:00 Uhr
Ort: Hotel TRYP, Domstr. 10 – 16, 50668 Köln

Abschluss der Fortbildung

Die Fortbildung schließt mit einem Zertifikat über die wahrgenommenen Ausbildungstage ab. Die GFK-Grundausbildung bzw. die Ausbildungstage werden bei einer angestrebten Zertifizierung über das CNVC mit 12 Tagen angerechnet.

Erklärung des Teilnehmers / der Teilnehmerin:

Ich bestätige zugleich mit meiner Unterschrift, dass ich an keiner (psychischen) Krankheit oder Sucht leide, die mich im Seminar darin einschränkt, jederzeit voll verantwortlich für mich selbst zu handeln.

Ort, Datum

Unterschrift Teilnehmer/in

Beate Waltrup
Zertifizierte Trainerin CNVC

Unterschrift des Ansprechpartners in der
kostenübernehmenden Organisation / Firma
Firmenstempel

Bitte füllen Sie diesen 2-seitigen Fortbildungsvertrag aus, fotokopieren Sie ihn 1mal und unterschreiben Sie beide Exemplare. Falls die Kosten Ihrer Fortbildung von einer Firma oder Organisation übernommen werden, ist auch deren Unterschrift und Firmenstempel erforderlich. Senden Sie beide Vertragsexemplare per Post an: Beate Waltrup, Cohenhofstraße 94 b, 50769 Köln. Sie erhalten ein Exemplar mit der Unterschrift der Veranstalterin zurück, das andere verbleibt dort.

© Beate Waltrup



Beate Waltrup
Zertifizierte Trainerin CNVC®
Mediatorin BM®



Ausgebildete Qualitätsmanagerin und Auditorin

Cohenhofstraße 94 b ■ 50769 Köln ■ Telefon 0221-9983738 ■ beate@waltrup.com

4 | 4