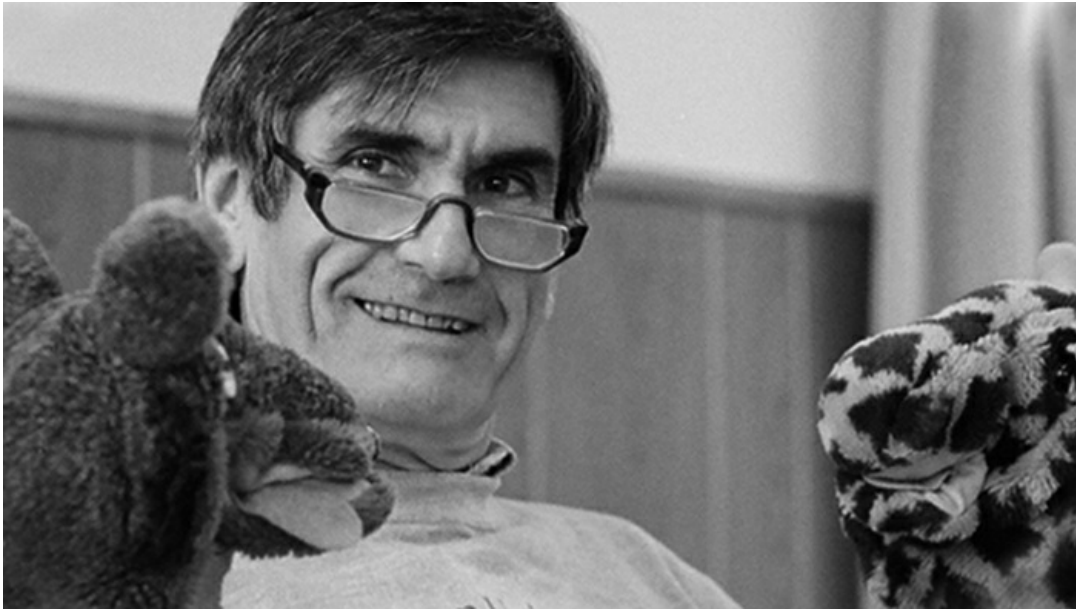


Empathie-werkstatt



Liebe GFK-Interessierte

R.I.P. Marshall B. Rosenberg (1934 - 2015)

Emotional tief berührt erreicht Dich mein erster Newsletter: Am 07. Februar ist Marshall B. Rosenberg (Gründer der Gewaltfreien Kommunikation) nach langjähriger Krankheit friedlich zu Hause eingeschlafen. Seine Frau und alle seine Kinder waren in den letzten Stunden an seiner Seite. (Die Offizielle Mitteilung ist nachzulesen auf der Homepage vom Center for Nonviolent Communication: www.cnvc.org)

Das Trainerinnenteam der Empathie-Werkstatt ist tief betroffen:

„Nach dem ersten Schock mit Gänsehaut und Aufregung überkommt mich Traurigkeit und gleichzeitig merke ich, wie dankbar ich bin, Marshall begegnet zu sein. Der Einfluss der Gewaltfreien Kommunikation auf mich, ist mit einer 180-Grad-Wende in meinem Denken und Handeln vergleichbar. Ich bin glücklich dieses wert- und sinnvolle Lebenswerk weitergeben zu dürfen, damit die GFK in vielen Herzen weiterlebt. Mit der Vision, möglichst viele Menschen zu inspirieren, mitfühlend mit sich und anderen umzugehen. Ein Beitrag zum Frieden in der heutigen Zeit, in der viele Seelen auf dieser Welt um Frieden ringen! Tief emotional berührt und innehaltend, sende ich seiner Frau Valentina, seinen Kindern und der ganzen weltweiten GFK-Gemeinschaft viel Kraft.“ **Uschi Kellenberger**

„Für mich gibt es kaum geeignete Worte um das Lebenswerk von Marshall B. Rosenberg angemessen zu würdigen. Er hinterlässt eine weltweite tief verbundene Gemeinschaft. In 60 Ländern hat er als Trainer gearbeitet, er ist auch dorthin gegangen, wo es unbequem war - in Kriegsgebiete und wirtschaftlich benachteiligten Länder.

Hochachtung und Demut entstehen in mir, wenn ich daran denke, wie er immer >>weiter gemacht<< hat, also an seinen Idealen fest hielt von einem mitfühlenden und authentischen Miteinander. Es macht den Anschein, als ob er dafür nicht kämpfen brauchte. Mit glasklarer Überzeugung trat er dafür ein, dass es einen anderen Weg gibt. Für ihn standen immer wertvolle Menschen und Bedürfnisse hinter Konflikten - und die hieß er willkommen! Sein Tod ermahnt mich, wie wichtig es für unsere Gesellschaft ist, dass jeder für seine Ideale einsteht - wie gestalten wir unser Miteinander, wie gehen wir mit unseren Gefühlen und Bedürfnissen um?“ **Flora Lehmann**

Rückblick: Vertiefungsseminar auf dem Herzberg

Vom Juni – Dezember 2014 nahmen insgesamt 15 Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Vertiefungsseminar Gewaltfreie Kommunikation "Die Kraft der Empathie" 2014 teil. Das Seminar umfasste 15 Tage (5x 3 Tage) und fand in einer geschlossenen Ausbildungsgruppe auf dem Herzberg im Aargau statt.

Nachstehend einige Teilnehmerstimmen:

Ich habe mich wahrgenommen gefühlt, sicher, verbunden mit der Gruppe und konnte so wachsen. Das Seminar hat mir geholfen mich mit meinen Bedürfnissen zu verbinden und mehr danach zu leben. Dominik O., 42 Jahre

Mir fehlen die Worte um auszudrücken, wie wertvoll und erlösend die Prozesse in diesem Seminar für mich waren – ich drufte mir in einem sicheren Rahmen, in dem ich mich ganz angenommen fühlte, sehr nahe kommen, Sicherheit und Klarheit gewinnen und mich nach aussen hin und Anderen zu öffnen. Karin Z.

Die Sicherheit der Trainerinnen in allen Bereichen: Theorie, Konfliktmanagement, situativ angepasste Gruppenführung, Bezug zu den einzelnen Teilnehmern, in der Präsenz oftmals über die Kurszeit hinaus. Auch im Wahrnehmen wann jemand in eine Krise kommen könnte – all das mit sehr hoher Qualität geleitet. Niklaus R.

Führt in den eigenen Prozess ohne Überstülpungen – Weil es wirkt und Klarheit bringt – Ich kenne nichts heilsameres und wirkungsvolleres – Für meine Dankbarkeit habe ich im Moment keine Worte. Regula

Für die Weiterentwicklung und den menschlicheren Umgang mit Anderen. Getraut und gelernt, sich mit seinen Ängsten auseinanderzusetzen und sich authentisch zu zeigen. Verbindung entwickeln. Eva S., 51 Jahre

Das Seminar bietet einen sicheren Raum und viel Unterstützung um inneres "Geschehen" (Gefühle, Bedürfnisse, Glaubenssätze) sowie zwischenmenschliche "Dynamiken" zu erkunden und zu transformieren. Mike

Aus meiner Sicht wäre der Besuch dieses Seminares für jeden eine hilfreiche Erfahrung. Dass es Platz und Raum für die Verschiedenheit gibt und dies auch sehr willkommen ist. Das spürt man! Sonja B.

Der Kurs ist gut aufgebaut. Die Module sind aufeinander abgestimmt. Die Kursleitung ist offen, den Kursinhalt spontan anzupassen, falls es ein Bedürfnis ist der Kursteilnehmer. Es wird immer wieder gezeigt, wie GFK in den Alltag integriert werden kann. Hildegard B., 49 Jahre

Auswertung Feedback-Fragebogen:

Wir fragten die TeilnehmerInnen ob sie dieses Seminar weiterempfehlen würden.

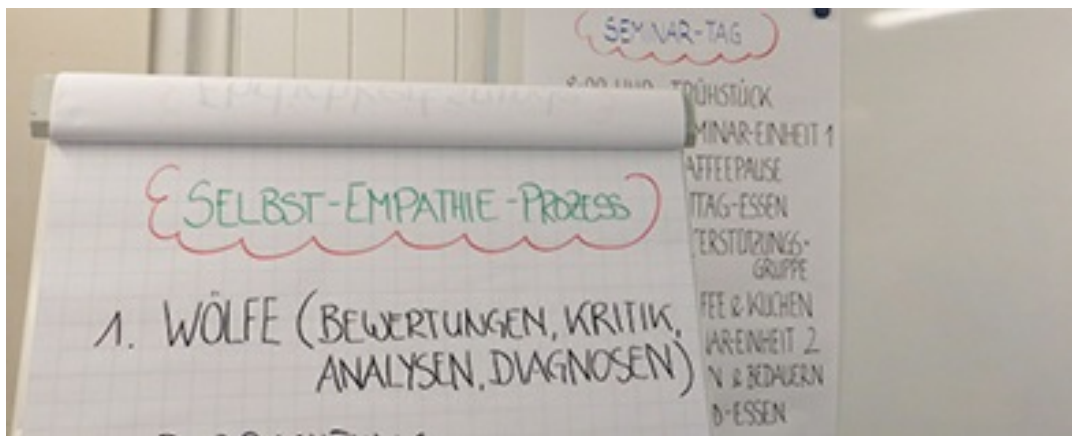
Auf einer Skala von 1 (ganz sicher nicht) bis 10 (auf jeden Fall) erreichten wir einen Durchschnitt von 9,2! 11 Teilnehmer antworteten mit SEHR GUT (2 mit GUT) auf die Frage: Geben die Trainerinnen auf Beiträge der Teilnehmer hilfreiches Feedback?

Alle Teilnehmer schlossen mit SEHR GUT, dass die fachlich inhaltliche Qualität der Trainerinnen hoch ist. 10 Teilnehmer bestätigten mit SEHR GUT (2 mit GUT), dass der Besuch dieses Seminar sich lohnt, um private Beziehungen zu verbessern.

Termin Fachtagung: Fortschritt braucht GrenzgängerInnen

Der Fachverband Gewaltfreie Kommunikation e.V. lädt unter dem Motto "Aussichtsreiche Schritte zum Miteinander" zur diesjährigen Fachtagung **am 20. Juni 2015 nach Stuttgart** ein.

Weitere Infos und Anmeldung unter www.fachverband-gfk.org



Aktuelle Termine der Empathie-Werkstatt

Einführungsseminar

Im insgesamt 8-tägigen Einführungsseminar (4x 2 Tage) werden in regelmässigen Abständen die Grundlagen vertieft, damit die Haltung der Gewaltfreien Kommunikation in den Alltag integriert werden kann. Sie erweitern Ihre Fähigkeit zur Empathie – sich selbst und anderen gegenüber – und gewinnen an Sicherheit in der Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation. Dadurch optimieren Sie den zwischenmenschlichen Umgang in Ihrem privaten wie im geschäftlichen Umfeld. Ihre Fähigkeiten erweitern Sie durch angeleitetes Üben mit Gleichgesinnten. Dieses Einführungsseminar ist eine hervorragende Gelegenheit, die Gewaltfreie Kommunikation besser kennenzulernen, um zu mehr Selbstsicherheit und Authentizität zu gelangen.

Termine 1. Halbjahr 2015:

(Sa./So.) 07./08. März 2015

(Sa./So.) 02./03. Mai 2015

(Sa./So.) 27./28. Juni 2015

(Sa./So.) 29./30. August 2015

Termine 2. Halbjahr 2015:

(Sa./So.) 04./05. Juli 2015

(Sa./So.) 12./13. September 2015

(Sa./So.) 10./11. Oktober 2015

(Sa./So.) 05./06. Dezember 2015

[Infos und Anmeldung](#)



Abb: Das Vertiefungsseminar und auch das Empathische Counselling finden im Bildungszentrum Arenenberg statt, mit herrlicher Lage am Bodensee.

Vertiefungsseminar "Die Kraft der Empathie" 2015

Dieses 15-tägige Vertiefungsseminar (5x 3 Tage) richtet sich an alle, welche sich im Kontakt zu sich und anderen mehr Einfühlung und Verständnis wünschen sowie die empathische Haltung in ihr Leben weiter integrieren möchten. Durch die echte und verständnisvolle Kommunikation mit sich selber und anderen entstehen mehr Freiheit, Leichtigkeit und Handlungsspielraum. Kommunikation als Ausdruck von Biografie, Mustern und Glaubenssätzen zu verstehen und zu erleben.

Termine:

(Fr./Sa./So.) 27. – 29. März 2015

(Fr./Sa./So.) 15. – 17. Mai 2015

(Fr./Sa./So.) 24. – 26. Juli 2015

(Fr./Sa./So.) 25. – 27. September 2015

(Fr./Sa./So.) 27. – 29. November 2015

[Infos und Anmeldung](#)



Empathisches Counseling 2015/16

Die Ausbildung «Empathisches Counseling» richtet sich an Menschen, die eine berufliche oder private Weiterbildung anstreben, um ihre Sozialkompetenz und ihre Kommunikationsfähigkeit deutlich zu steigern, unabhängig von der Branche, in der sie tätig sind, und ihrem Aufgabenbereich. Einen besonders hohen Nutzen bringt die Ausbildung für jegliche Art von beruflicher Kommunikation: Gespräche mit Vorgesetzten, Mitarbeitern, Kunden, Multiplikatoren, Organisationen, in der Projektleitung oder auf Führungsebene. Durch die persönliche Weiterentwicklung und die Bewusstseinsarbeit wirkt sich die Ausbildung auf alle Lebensbereiche aus, vor allem auf den Umgang mit zwischenmenschlichen Konflikten und Interessenkonflikten, wie etwa in der Einzel-, Paar- oder Familienberatung.

Termine:

(Mi./Do./Fr.) 15. – 17. Juli 2015

(Di./Mi./Do.) 01. – 03. September 2015

(Mi./Do./Fr.) 18. – 20. November 2015

(Fr./Sa./So.) 22. – 24. Januar 2016

(Fr./Sa./So.) 18. – 20. März 2016

(Mi./Do./Fr.) 11. – 13. Mai 2016

[Infos und Anmeldung](#)

[Alle Termine im Überblick](#)

Der Newsletter ist exklusiv für meine Seminarteilnehmer und erscheint ca. 2x jährlich.
Ich freue mich über Anregungen, Fragen und Kritik von Euch!

Herzliche Grüsse

Eure Uschi

Impressum:

Empathie-Werkstatt

Uschi Kellenberger

Anerkannte Trainerin Fachverband Gewaltfreie Kommunikation ®

Geerenstrasse 3 | 8536 HüttwilenSchweiz | Telefon: +41 (0)44 941 92 04Mobil: +41 (0)78 646 25 04 | kontakt@empathie-
werkstatt.ch

Wenn Du den Newsletter nicht mehr erhalten möchtest, kannst Du ihn einfach hier abbestellen:

[Newsletter abbestellen](#)