

SEMINAR-ANGEBOT (EINFÜHRUNGSSEMINAR)

„GEWALTFREIE KOMMUNIKATION“ (GfK)

Über aktuelle, in der Regel 2-tägige Einführungsseminare informiert Sie meine homepage: <https://medkom.hamburg>.

SEMINAR-ANGEBOT (INHOUSE-SEMINAR)

„GEWALTFREIE KOMMUNIKATION“ (GfK)

Gerne führe ich die Einführungsseminare auch in Ihrer Einrichtung oder für Ihr Unternehmen durch, sprechen Sie mich gerne direkt an: newsneander@gmx.de.

SPEZIALSEMINARE

(ALLE AUCH ALS INHOUSE-SEMINAR)

- Empathische Kommunikation in der Palliativversorgung (für Laien und Profis, die in der Palliativversorgung tätig sind.)
- Tagesseminar: Über Scham sprechen Mit GfK über Scham sprechen
- Tagesseminar: Der empathische Rucksack
- Tagesseminar: Vergeben & Vergessen ... Mit GfK über „Vergebung“ reden



REFERENT:

KLAUS-DIETER NEANDER (HAMBURG)

Krankenpfleger mit div. Weiterbildungen
B.Sc. Gesundheit und Management
Master of Mediation (zertifizierter Mediator)
GfK – Coach
Lehrbeauftragter an der IU (Hamburg) & FOM (Hamburg)

<https://medkom.hamburg>
newsneander@gmx.de

(Stand: 07/2022)



SEMINARE & COACHING

Empathisch-gewaltfreie Kommunikation
im täglichen Umgang, Familie & Job

Aggressive Sprache und hasserfüllte Reden bleiben nicht tatenlos: „Der Grund dafür ist, dass unser Gehirn Verachtung, die wir durch andere Menschen erleben, als Schmerz wahrnimmt. Soziale Ausgrenzung und Demütigung aktiviert die Schmerzzentren. Und Schmerz kann leicht zu aggressiven Reaktionen führen.“¹

Gehörtes und Gelesenes kann einem kurz den Atem verschlagen, eine bissige Formulierung ist nicht selten als kleine Zuckung in der Magengegend zu spüren und gewisse Sätze schlagen Wunden in die Seele, die auch nach Jahren der Vernarbung nicht vergessen gehen. Wer immer kommuniziert und fühlt, sich also als Mensch durch die Welt bewegt, hat diese Erfahrungen schon gemacht. Kränkende Formulierungen in denen eine besondere Form des Sprechens im Zentrum steht – die Hassrede, "hate speech" reizen das Verletzungspotenzial der Sprache gewissermaßen bis aufs Letzte aus, indem sie Menschen (manchmal sogar mutwillig und niederträchtig) beleidigen und diffamieren.

¹ Warum aggressive Sprache Gewalt fördert (angegriffen.info)
(Zugriff: 08.07.2022)

BITTEN STATT FORDERN

GEFÜHLE & BEDÜRFNISSE

Gerade in stressigen, emotional belastenden Situationen, Diskussionen und Gesprächen werden oft „An-Forderungen“ an die andere Person gestellt ... „Forderungen“ aber lassen keinen Spielraum für die Person, der die Forderung gestellt wird. Wird hingegen eine Bitte geäußert, kann diese erfüllt werden oder aber zumindest über diese Bitte geredet werden.

Beziehungen zerbrechen, kollegiales Miteinander wird unmöglich, Vertrauen geht verloren ... weil wir uns gegenseitig mit Worten verletzen. Solche Situationen entstehen, weil wir sehr oberflächlich miteinander sprechen und uns und dem Gegenüber nicht zugestehen, dass unser Verhalten Gefühle bei der anderen Person auslösen und wir verkennen, dass hinter „frechen Sprüchen“ oder „fiesen Anmerkungen“ oft nicht geäußerte Bedürfnisse stecken, die nicht wahrgenommen und nicht thematisiert werden.

GEFÜHLE & BEDÜRFNISSE

EMPATHIE

KONZEPT

Zentraler Dreh- und Angelpunkt eines Gesprächs, das wertschätzend und auf Augenhöhe geführt werden soll, ist die Fähigkeit Gefühle und Bedürfnisse zu benennen bzw. zu erkennen. Nur wenn sich die Beteiligten darauf einlassen können, gelingt die Sprache des Herzens, denn:

**MAN SPRICHT NUR MIT
DEM HERZEN GUT!**

Das Konzept der *Gewaltfreien Kommunikation* nach M.B. Rosenberg will Hilfestellung geben, das eigene Verhalten zu ändern und dadurch auch die Sprache „gewaltfrei“ einzusetzen.

Im Mittelpunkt steht die Frage, wie emotionsgeladene, möglicherweise aggressiv geführte Diskussionen so gestaltet werden können, dass die Beteiligten nicht „aufeinander“ losgehen, sondern sich der anderen Person empathisch öffnen können und so deren Gefühle und Bedürfnisse erfahren können.