

Der Nutzen für Sie

Für Sie selbst

- ❖ einen wertschätzenden und achtsamen Umgang mit sich
- ❖ eigene Bedürfnisse klären
- ❖ eigene Anliegen und Grenzen kennen lernen und durch eine einfühlsame und verbindende Kommunikation darlegen
- ❖ die eigene Resilienz stärken

Für Ihre tägliche Arbeit

- ❖ Wertschätzung als Gesundheitsfaktor – die Arbeitsfähigkeit erhalten
- ❖ Kommunikative Kompetenzen ausbauen und vertiefen
- ❖ Grenzen setzen mit Partizipation
- ❖ Erhöhen der Konfliktkompetenz und dadurch Entlastung

Die Zielgruppe

Meine Seminare

richten sich an Menschen, welche in pädagogischen, pflegerischen und therapeutischen Berufen tätig sind:

Erzieher, Kinderpfleger, Heilpädagogen, Heilerzieher, Lehrer, Sozialpädagogen, Ärzte, Therapeuten, Psychologen, Gesundheits- und Krankenpfleger, Altenpfleger und viele mehr,

in den Bereichen von

Kindertageseinrichtungen, Schulen, Institutionen der Kinder- und Jugendhilfe, der Erwachsenenhilfe, somatischen oder psychiatrischen Kliniken

Ebenso richtet sich mein Angebot an alle Menschen, die eine wertschätzende und respektvolle Kommunikation mit ihren Mitmenschen anstreben.

Empathie



Miteinander in Verbindung sein

Ein Kommunikationstraining auf der Basis der gewaltfreien Kommunikation (GFK) nach Dr. Marshall B. Rosenberg

Gewaltfrei kommunizieren bedeutet die innere Haltung und ein Handeln, welches die Bedürfnisse eines jeden berücksichtigt. Jedes Verhalten dient der Erfüllung eigener Bedürfnisse, ohne dass man mit jedem Verhalten einverstanden ist. Konflikte entstehen bei der Wahl unserer Strategien.

„Jenseits von Richtig und Falsch liegt ein Ort. Dort treffen wir uns.“

Rumi

Die Methodik

Als Methode gelten die
4 Schritte in der GFK:

- ❖ *die Beobachtung*
- ❖ *die Gefühle*
- ❖ *die Bedürfnisse*
- ❖ *die Bitte*

Weitere Module

Weitere Module sind:

- Selbstempathie und Aufrichtigkeit
- Das 4 –Ohren Modell
- Umgang mit einem „Nein“
- Umgang mit „Ärger und Wut“

Theoretische Inhalte,
Diskussionen, Paar- und
Gruppenarbeiten, Rollenspiele
und Übungen zur eigenen
Selbstentwicklung gestalten
die Seminare lebendig und
bereichernd.

Mein Seminarangebot

Ich biete meine Fortbildungen als
Inhouse-Veranstaltungen in Ihrer
Institution an.

Sie können einen zeitlichen Umfang
von ein bis zwei Tagen planen.

Mein Angebot:

- Einführungsseminar
- Vertiefungstage
- GFK in Kindergarten und Schule
mit dem Projekt Giraffentraum®

*Die Kosten erfahren Sie auf
meiner Homepage unter Honorar.*

Dozentin und Kontakt



„Willst du Recht haben
oder glücklich sein?
Beides zusammen
geht nicht.“ *M.B.R.*

Birgit Michalke-Limmer

Ich bin verheiratet,
Mutter von 3 Söhnen,
staatl. anerkannte Erzieherin,
Kommunikationstrainerin und
Multiplikatorin für das Projekt
Giraffentraum® auf der Grundlage der
gewaltfreien Kommunikation nach
Marshall B. Rosenberg und
Zertifizierte PAIR -Deeskalationstrainerin



Hier erhalten Sie Informationen:

www.wegweiser-perspektivenwechsel.de