

Inhalte GFK-Trainer*innenausbildung im Forum Demokratie Düsseldorf – Aufbaustufe

Allgemeine Trainerkompetenz

- Rolle und Aufgaben der/ des Trainer*in in vertiefenden Seminaren und Grundausbildungen
- Trainerpersönlichkeit & Psychohygiene
- Trainerprofil, USP & Selbst – Marketing
- Feedback geben und nehmen
- Abgrenzung von Training zu Therapie und Coaching
- Gruppendynamik und Gruppenprozesse

Themenspezifische Inhalte zur Gewaltfreien Kommunikation

- Haltung und Spiritualität der GFK
- Entwicklung der GFK: Entstehung und aktueller Stand

- Intensive Erarbeitung von GFK-Prozessen und insbesondere deren empathische Begleitung in den drei *Kommunikationsrichtungen*:
 1. Selbstempathie/ -klärung
 2. Aufrichtige Mitteilung
 3. Empathisches Abholen

Modelle der GFK:

- 4 Ohren Modell
- Ärger Wandel Modell
- Ja, Nein, J-Nein Modell
- 6 Stühle Modell
- Teacher and Chooser Modell

- Analyse und Bearbeitung von Wut – Schuld - Scham
- Klärung von Glaubenssätzen
- Verantwortung und Macht
- Entscheidungsfindung in Gruppen – Systemisches Konsensieren
- Celebration – Mourning
- Tiefenökologie
- Social Change
- Konfliktklärung mit der GFK

Außerdem

- Vernetzung und Zertifizierungen

Arbeitsmethodik in der Trainer*innenausbildung

Wir arbeiten praxisnah in einem Wechsel aus Input, Übungen und praktischen Beispielen. Dazu gehören

- Fachlicher Input der Trainer*innen
- Einzel-, Zweier- und Kleingruppenarbeit sowie Arbeit im Plenum
- Hausaufgaben in den Homegroups
- Praktische Übungseinheiten in der Ausbildungsgruppe (TN gehen in die aktive Trainer*innenrolle, arbeiten exemplarisch mit der Gruppe und bekommen kollegiales Feedback)
- Recherche über Literatur, Videos, YouTube, GFK-Material...
- Feedback und Supervision
- Anregungen zur Selbstreflexion und zum Transfer der eigenen Erfahrungen auf die Wünsche und Bedürfnisse der TN
-

Besonderheiten:

- Schlüsselunterscheidungen als Orientierungshilfen zur GFK
- Arbeit mit Tanzparketten zu verschiedenen Themen