

## VERTIEFUNGSEMINAR

Das Seminar findet unter Einhaltung der 3G Regeln statt: Es ist ein aktueller Negativ-Test für Covid19, ein Genesungs- oder Impfnachweis erforderlich!



# Gewaltfreie Kommunikation

Vertiefungsseminar für Ehrenamtliche, Ehrenamtskoordinator\*innen und freiwillig Engagierte in der Arbeit mit Geflüchteten



Die Gewaltfreie Kommunikation ist eine Methode, aber vielmehr ist sie eine Haltung zum Leben, die auf Verbindung und Mitgefühl beruht. Diese Haltung ist wie eine neue Sprache. Die Vokabeln und Grammatik können wir auswendig lernen, um jedoch in der neuen Sprache zu denken und zu träumen, bedarf es viel Übung um sich auszudrücken:

- Wie kann ich mich so ausdrücken, dass ich wirklich so gehört werde, wie ich auch verstanden werden will?
- Wie gehe ich damit um, wenn das, was ich vom Gegenüber höre, schwierig für mich aufzunehmen ist?
- Wie gehe ich mit Kritik und Anschuldigung um?
- Wie gehe ich mit dem Wort „Nein“ um?
- Wie kann ich mich in schwierigen Situationen selbst halten?
- Wie hole ich mir Unterstützung?

### Referentin:

Janne Ellenberger, *Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation*

**Samstag, 4.12.2021 | Sonntag, 5.12.2021**

in der Flüchtlingskirche, Wassertorstr. 21a, 10969 Berlin

Anmeldung: [m.sefeldin@fluechtlingskirche.de](mailto:m.sefeldin@fluechtlingskirche.de)

Voraussetzung ist die vorherige Teilnahme an einem Einführungskurs Gewaltfreie Kommunikation!

### Träger:

**Diakonie**   
Diakonisches Werk  
Berlin Stadtmitte e.V.

### Gefördert durch:



Die Beauftragte der Bundesregierung  
für Migration, Flüchtlinge und  
Integration