



Akademie für zeitgemäße
Kommunikation

Um klar zu sehen, genügt ein Wechsel
der Blickrichtung (A.de St.Exupery)

10 JAHRE
AKADEMIE
BLICKWINKEL

2024
Seminare & mehr

Wer wir sind

»Gemeinsam geht es besser und macht mehr Freude.«

Herzlich Willkommen bei »**Blickwinkel**« – der Akademie für zeitgemäße Kommunikation.



Dem Motto oben folgen wir schon seit Jahren und machen damit unseren Beitrag zu einem gesellschaftlichen Leben deutlich, in dem sich die Menschen gegenseitig achten und respektieren. Eine Gesellschaft, in der die Bürger und Bürgerinnen nicht nur konsumieren, sondern das Leben miteinander aktiv und verantwortlich mitgestalten. Die Kommunikation spielt hier eine entscheidende Rolle.

»**Blickwinkel**« begleitet Sie seit nunmehr 10 Jahren professionell bei allen kommunikativen Herausforderungen. Sei es mit Seminaren und Ausbildungen, in Einzelcoachings oder in Mediationen – auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation und unter Einsatz anderer bewährter Herangehensweisen.

Dabei unterstützt Sie die erlebnisorientierte Ausrichtung unserer Seminare, die eine erfolversprechende Übertragung in Ihre Praxis ermöglicht. Für **Teams und Organisationen** bieten wir darüber hinaus individuell auf Ihren Bedarf angepasste Vorträge und Seminare an.

Ihr erster Ansprechpartner für alle Fragen rund um unser Angebot ist **Luca Hemmerle**, unser Mitarbeiter rund um die Seminarorganisation.

Viel Freude beim Entdecken unseres Angebots wünschen Ihnen



Andi Schmidbauer



Ingrid Holler

Kooperationspartnerinnen

Um Ihnen ein bedarfsgerechtes Angebot bieten zu können, arbeiten wir in der Akademie Blickwinkel kontinuierlich mit externen Kooperationspartnerinnen zusammen. Dies sind u.a.:

Gudrun Haas ...

... ist Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (seit 2005 CNVC-zertifiziert) und Mediatorin, Stress- und Burnout-Beraterin und Tanzleiterin für Kreistanz und Tanzen im Sitzen (BVST e. V.). Sie leitet bei uns **6 x 6 – die besondere Übungsgruppe**.



Dr. Luise Katzmann ...

... hat lange Jahre in einem Unternehmen als Führungskraft gearbeitet, sie ist GFK-Trainerin, Empathische Mediatorin und Coach. Sie ist Assistenztrainerin in unseren **GFK-Basics**, bei **Fokus GFK** und **Alle in einem Boot**.



Petra Porath ...

... ist u.a. lizenziert als Mediatorin BM®, Trainerin Fachverband Gewaltfreie Kommunikation und dort ehrenamtlich in der Anerkennungskommission. Sie ist Assistenztrainerin in unseren **GFK-Basics**, bei **Knoten lösen** und **Fokus GFK**.



Da uns Ihre gute Betreuung in unseren Seminaren und Ausbildungen wichtig ist, ziehen wir auch weitere Assistenz- und Co-Trainer*innen für Sie hinzu.

Mehr erfahren Sie über unsere Kolleg*innen auf unserer Webseite: www.akademie-blickwinkel.de

»Jenseits von richtig und falsch gibt es einen Ort – dort treffen wir uns.« *Rumi*

Was ist Gewaltfreie Kommunikation?

Konflikte: Jeder kennt sie und manche würden gerne anders damit umgehen – ABER WIE?

Konflikte eskalieren oder scheinen unlösbar, solange wir uns ärgern und stressen, statt unsere eigenen Bedürfnisse zu reflektieren und offen zu artikulieren – das öffnet Türen.

Wie das am besten geschieht ...

... zeigt uns die Methode der GFK. Sie beruht darauf, in einer brenzligen Situation alle Vorwürfe beiseite zu lassen. Stattdessen drücken wir aus, was uns bewegt und hören auch die andere Person an. Dazu braucht es eine Änderung im Denken und in der inneren Haltung – weg vom einengenden Schulddenken, hin dazu, unterschiedlichen Meinungen und Vorstellungen erst einmal Gehör zu geben.

So können sich ...

... Paarbeziehungen entspannen, Pubertätsprobleme lassen sich einvernehmlich lösen, Mitarbeiter verhalten sich loyal, Nachbarn entwickeln Verständnis, Reklamationen werden zu Ihrer Zufriedenheit geregelt – und dabei können Sie die Wertschätzung und Sympathie Ihrer ehemaligen »Widersacher« gewinnen.





Auf diesem Weg ...

... geben wir Ihnen Wegweiser und die notwendige Begleitung mit unseren Seminaren und Ausbildungen, Mediationen und Coachings.

Auch für Firmen und Organisationen ...

... erstellen wir rund um das Thema Kommunikation, Coaching und Konfliktklärung passende Entwicklungskonzepte und Trainings. Für Ihre spezielle Problemstellung haben wir das spezielle Handwerkszeug.

Bitte sprechen Sie uns bei Interesse an:

telefonisch 089 - 651 55 02 oder

per E-Mail unter info@akademie-blickwinkel.de

»Ich habe mittlerweile einiges ausprobiert. Zum Beispiel in Gesprächen mit meiner Frau, mit meiner Tochter, bei Reklamationen, Ärgernissen ... und ich habe immer wieder erstaunliche und unerwartete Ergebnisse bekommen. Die Menge an Zugewandtheit der anderen Menschen hat mich sehr beeindruckt.«

**Auf den folgenden Seiten unter »Seminare & mehr«
können Sie sich über unser offenes Angebot informieren.**



Seminare & mehr

Grundlage aller weiterführenden Trainings ist unser **GFK-Basics** (oder ein gleichwertiger zwei-bis drei-tägiger GFK-Einführungsworkshop). Vielleicht möchten Sie vorher an einem unserer **GFK-Schnupperabende** die Gewaltfreie Kommunikation einmal in der praktischen Anwendung kennenlernen?

An unser **GFK-Basics** (oder entsprechende andere Vorerfahrungen) schließen sich unser eintägiges Dialog-Training **GFK-Sprachlabor**, unsere dreitägigen GFK-Spezial-Trainings **GFK Aikido®** und **Fit für Führung** ebenso an wie unsere zwölf-tägige GFK-Intensiv-Ausbildung **Fokus GFK** und unsere Mediationsausbildung **Knoten lösen**.

Aufbauend auf **Knoten lösen** (oder entsprechende andere Vorerfahrungen) können Sie unsere Weiterbildungen **Supervisionstage 1 & 2** für ausgebildete Mediator*innen und/oder **Alle in einem Boot** für Mediation mit Teams und Gruppen besuchen.

Unsere Coachingausbildung **Mobilé** steht Ihnen nach dem Besuch unserer **GFK-Basics** plus einem dreitägigen GFK-Spezial-Training (oder entsprechenden anderen Vorerfahrungen) offen.

Für Fortgeschrittene mit 14 und mehr Tagen GFK-Trainingserfahrung bieten wir Ihnen in unserem **GFK-Open Space** vielfältige Möglichkeiten der Vertiefung.

Wenn Sie Alltag Kraft schöpfen möchten, können Sie an unserem wirkungsvollen Anti-Stress-Training **HerzKreis** teilnehmen.

Unsere Seminare richten sich an Interessenten und Interessentinnen in allen Lebenslagen. Wir bieten Ihnen auch **individuelle Begleitung** in Form von **Einzelsupervision**, **Empathischem Coaching** und im Konfliktfall durch **Empathische Mediation** an.

Sei es, dass Sie Ihre Kommunikation am Arbeitsplatz, in der Partnerschaft, im Alltag, als Eltern oder im Freundeskreis und nicht zuletzt den Kontakt mit sich selbst verbessern möchten – unsere Angebote decken dies alles ab, und wir haben entsprechende Übungsbeispiele parat.

Seite 37

GFK- Schnupperabend

GFK kennenlernen in
kleinen Häppchen

Abendtermine

Seite 8

GFK-Basics

Intensiver Einführungs-
workshop in die GFK
für Neu-Einsteiger
und Teilnehmende mit
Grundkenntnissen

2,5 Tage / 20 Std.

Seite 16

GFK- Sprachlabor

Online Dialog-Training
für Einsteiger
und Fortgeschrittene

1 Tag / online

Seite 28

6x6

Die besondere
GFK-Übungsgruppe
für Einsteiger
mit Grundkenntnissen

Abendtermine

Seite 14

Fokus GFK

Intensiv-Ausbildung
in den Anwendungs-
bereichen der GFK

12 Tage / 80 Std.

Seite 10

GFK-Aikido®

Spezial-Training
Angriffe »umleiten«
mit Humor
und Empathie

3 Tage / 21 Std.

Seite 12

Fit für Führung

Spezial-Training
GFK im Führungs-
kräftealltag

3 Tage / 21 Std.

Seite 18

GFK- Open Space

Spezial-Training
für Fortgeschrittene

2 Tage / 15 Std.

Seite 20

Mobilé

Ausbildung
zum empathischen
Coach mit
Schwerpunkt GFK

18 Tage / 140 Std.

Seite 22

Knoten lösen

Mediations-
ausbildung
auf Basis der GFK

17 Tage / 130 Std.

Seite 24

Supervisionstage 1&2

Supervision
für Mediation auf
Basis der GFK

2 x 2 Tage / 2 x 15 Std.

Seite 26

Alle in einem Boot

Mediation
in Gruppen und Teams
auf Basis der GFK

4 Tage / 30 Std.

Seite 29

Einzel- supervision

für Mediator*innen
für die Zertifizierung
und Lizenzierung

1,5 Std.

Seite 34

HerzKreis

Wirkungsvolles
Anti-Stress-Training
in 12 Minuten

2 Tage

Seite 30

Empathisches Coaching

individuell

Seite 32

Empathische Mediation

individuell

»In den letzten zwanzig Jahren bin ich immer wieder gegen eine Tür gelaufen. Ihr habt mir im *GFK-Basics* den Schlüssel dafür in die Hand gelegt.«

GFK-Basics

2,5 Tage =
20 Stunden



Ein intensiver Einführungsworkshop in die GFK für Neu-Einsteiger und Teilnehmende mit Grundkenntnissen

Jede*r kennt Konflikte ...

... und manche würden gerne anders damit umgehen. Bitte testen Sie, ob das auch bei Ihnen zutrifft:

- Passiert es schon mal, dass es Ihnen in schwierigen Situationen am liebsten wäre, der oder die andere ändert sich?
- Reagieren Sie hin und wieder mit Rückzug und (stillen) Vorwürfen, wenn ein Gespräch nicht ganz in Ihrem Sinn verläuft?
- Möchten Sie Ihre Chancen erhöhen, in einem Konflikt gehört zu werden und Ihr Gegenüber mit Ihrem Anliegen erreichen?
- Würden Sie Angriffe und Kritik gerne etwas weniger persönlich nehmen?
- Liegt Ihnen etwas daran, in hitzigen Momenten öfter den Überblick und Ihre Selbstsicherheit zu bewahren?
- Möchten Sie Konfliktlösungen finden, die nicht auf Ihre Kosten oder auf die Ihrer Gesprächspartner*innen gehen?

Zugegeben, kein sehr ausführlicher Test – dennoch: Wenn Sie eine oder mehrere der Fragen mit »ja« beantwortet haben, dann möchten wir Sie herzlich zu unseren **GFK-Basics** einladen. Hier können Sie eine neue Art im Umgang mit Konfliktsituationen ausprobieren, die auch dann eine positive Perspektive ermöglicht, wenn es gar nicht mehr so rosig aussieht.



Dazu machen Sie sich mit wichtigen »Bausteinen« der GFK vertraut:

- Eine Situation vorwurfsfrei ansprechen
- Verantwortung für die eigenen Gefühle und Gedanken übernehmen
- Die Anliegen aller Gesprächspartner*innen hören und ernst nehmen, auch wenn Sie deren Verhaltensweisen nicht zustimmen
- Mit Bitten statt mit Forderungen Ihre Ziele und Werte verwirklichen
- Umgang mit Ärger und starken Gefühlen

So gelingt es Ihnen immer besser ...

... Konfliktsituationen

- im äußeren oder im inneren Dialog
 - offen und
 - empathisch
- zu klären.



Termine 2024:

12.-14.01.2024

16.-18.02.2024

22.-24.03.2024

14.-16.06.2024

19.-21.07.2024

13.-15.09.2024

25.-27.10.2024

22.-24.11.2024

Seminarzeiten: 1. Tag: 16-20 h / 2. Tag: 9-18 h / 3. Tag: 9-16 h

Seminarort: München

Seminargebühr: 395 € (selbst zahlende Privatpersonen)
359 € (Frühbucher-Preis, s. S. 45) / 534 € (Firmenkunden)
inkl. **Tagesverpflegung** mit 2 x **Mittagessen**

Seminarleitung:

Andi Schmidbauer ggf. mit Co-Training/Assistenz

Anmelden können Sie sich über unsere Webseite. Wir beraten Sie auch gerne im persönlichen Gespräch, am Telefon unter 089 - 651 55 02.



GFK-Aikido®

3 Tage =
21 Stunden



Angriffe »entwaffnen« mit Empathie und Humor

Sie kennen die GFK bereits und möchten jetzt gerne die Wirkungsweise empathischer »Schlagfertigkeit« in der Kommunikation kennen lernen? Dann laden wir Sie herzlich zu diesem Spezial-Training ein, das sich aufgrund seiner besonderen Ausrichtung sowohl für GFK-Neulinge (mind. 2 Seminartage) als auch für Fortgeschrittene eignet.

Im GFK-Aikido geht es darum ...

... Strategien im Gespräch zu entwickeln und anzuwenden, die einerseits von Achtung und Gleichwertigkeit geprägt sind und die andererseits eine gute Portion überraschende Reaktionsfähigkeit beinhalten. So können Sie erfolgversprechend Einfluss nehmen und Ihren Vorstellungen mit Ihrer Stimme und Ihrer Wortwahl Gehör verschaffen. Das kann besonders in folgenden Situationen nützlich sein:

- Konflikte in der Arbeitswelt
- Wenn alle gegen Sie sind
- Zoff zu Hause
- Podiumsgespräche
- Pressekonferenzen
- Interviews
- Wenn Ihnen Aggressionen, Killerphrasen und andere »Nettigkeiten« begegnen
- Wenn Sie Ihre Ansichten empathisch und wirkungsvoll in einer Gruppe vertreten möchten

»Nach dem GFK-Aikido kommt es mir so vor, als sei ich mit einem Reichtum in mir verbunden, der schon immer da war ... Danke!!!«

Dazu eignen Sie sich als Werkzeug das **GFK-Aikido** in der Kommunikation an:

- inneres Festigen der empathischen Sichtweise
- Kurzformen der GFK
- paradoxe Interventionsmuster
- rhetorisches Optimieren Ihrer Sprechweise
- humorvolle Sprachreaktionen

So gelingt es Ihnen immer besser ...

... schwierige Gesprächssituationen

- mit Humor,
- Empathie und
- Reaktionsschnelligkeit zu meistern.



Termine 2024:

23.-25.02.2024

21.-23.06.2024

18.-20.10.2024

Seminarzeiten:

1. Tag: 10-17 h / 2. Tag: 9-17 h / 3. Tag: 9-16 h

Seminarort: München

Seminargebühr: 584 € (selbst zahlende Privatpersonen)
531 € (Frühbucher-Preis, s. S. 45) / 794 € (Firmenkunden)

inkl. **Tagesverpflegung** mit 3 x **Mittagessen**

Seminarleitung:

Ingrid Holler und/oder Andi Schmidbauer,
ggf. mit Co-Training/Assistenz

Anmelden können Sie sich über unsere Webseite. Wir beraten Sie auch gerne im persönlichen Gespräch, am Telefon unter 089 - 651 55 02.

»Ich nehme mit: Die vielen praxisnahen Beispiele und die Methode zur praktischen Entscheidungsfindung. Danke!«

Fit für Führung

3 Tage =
21 Stunden



GFK im Führungskräftealltag

Sie haben die GFK schon kennengelernt und möchten ...

- sie nun in Ihrer Führungstätigkeit einsetzen?
- Ihren Führungsalltag damit klarer und gleichzeitig kooperativer gestalten?
- die Schätze heben, die im Potenzial der menschlichen Motivation liegen?
- mit herausfordernden Situationen souverän umgehen?

Trifft einiges davon auf Sie zu? Dann laden wir Sie herzlich ein zu unserem Spezial-Training für Führungskräfte.

In *Fit für Führung* geht es darum ...

... Antworten auf Ihre alltäglichen Herausforderungen zu trainieren, die von Klarheit und auch von Menschlichkeit geprägt sind. Entsprechend unserem Motto: »Menschlich gleichwertig – Fachlich unterschiedlich«. Sie erleben konkret, wie Sie die GFK in herausfordernden Momenten in Ihrem Führungskräftealltag wirkungsvoll einsetzen können. Das kann in folgenden Aufgabengebieten hilfreich sein:

- Gesprächsführung, die zur Kooperation motiviert:
mit Mitarbeitern, Kolleginnen und den eigenen Führungskräften
- Kritikgespräche aufrichtig und empathisch führen
- So delegieren, dass die Chancen für die Ausführung steigen
- Überbringen von »Bad News«
- Umgang mit »Niederlagen«
- Wertschätzung aussprechen



Dazu vertiefen Sie Ihre Fähigkeiten in diesen GFK-Anwendungen:

- GFK-Dialog-Modell in der Arbeitswelt
- Die passende Bitte zur jeweiligen Situation
- Balance von Aufrichtigkeit und Empathie
- Selbstempathie
- Wertschätzung, die keinen Preis hat

So gelingt es Ihnen immer besser ...

... Ihre Führungsherausforderungen mit

- Klarheit
- Übersicht und
- Empathie

sachlich klar und menschlich verbindend zu meistern.

Tipp



Termin 2024:

11.-13.03.2024

Seminarzeiten:

1. Tag: 10-18 h / 2. Tag: 9-18 h / 3. Tag: 9-16 h

Seminarort: Freising bei München

Seminargebühr:

945 € (selbst zahlende Privatpersonen)

881 € (Frühbucher-Preis, s. S. 45)

1.197 € (Firmenkunden)

inkl. **Unterkunft** im Einzelzimmer mit **Vollpension**

Seminarleitung:

Andi Schmidbauer, ggf. mit Co-Training/Assistenz

Anmelden können Sie sich über unsere Webseite. Wir beraten Sie auch gerne im persönlichen Gespräch, am Telefon unter 089 - 651 55 02.



12 Tage =
80 Stunden



Fokus GFK

3 x 4 Tage Intensiv-Ausbildung in den Anwendungsbereichen der GFK

Sie haben die GFK schon kennengelernt und möchten:

- jetzt gerne tiefer einsteigen?
- mehr Sicherheit bei der Anwendung der GFK in Ihrem Alltag gewinnen?
- Ihr Verständnis vertiefen und Ihre innere Haltung festigen?
- fließender kommunizieren und sich dabei selbst treu bleiben?
- Konflikte nachhaltig klären?

Bei Fokus GFK geht es darum ...

... sich die GFK in den unterschiedlichen Anwendungsgebieten anzueignen, in Ihrer inneren Haltung mehr Selbstverständlichkeit zu gewinnen, und dadurch auch flüssiger und sicherer gewaltfrei zu sprechen. So können Sie Ihr Leben immer besser nach Ihren Bedürfnissen und Werten ausrichten, was zu Entspannung und Zuversicht führt. Hier eine Auswahl aus unseren Themen:

- Störendes aufrichtig ansprechen
- Klar und empathisch auf Ihr Gegenüber reagieren
- Ein »Nein« äußern und entgegennehmen
- Ärger gewaltfrei ausdrücken
- Bei Misserfolgen handlungsfähig bleiben
- Innere Konflikte gewaltfrei und wirkungsvoll klären
- Mit Schweigen umgehen
- Gewaltfrei unterbrechen und Grenzen ziehen
- Wertschätzung ausdrücken und entgegennehmen
- Andere Menschen empathisch begleiten

»Dieses Vertiefungsseminar war für mich sehr bereichernd. Die vielen Übungen sehr praxisrelevanter Situationen waren unglaublich hilfreich. Erfüllend, bereichernd, inspirierend!«

Dazu eigenen Sie sich u. a. folgende Fähigkeiten an:

- Das Dialog-Modell der 4 Schritte
- Ihre Wahlmöglichkeiten: Das 4-Ohren-Modell
- Der Giraffentanz
- Die 4 Bitten
- Das Ärgermodell
- Innere Kritiker*in – Innere Entscheider*in
- Die Energietankstelle

So gelingt es Ihnen immer besser ...

... Konfliktsituationen

- im äußeren oder im inneren Dialog
- offen und
- empathisch
zu klären.



AUCH
MODULAR
BUCHBAR

Termine 2024:

Fokus GFK 50: 14.-17.03.24 / 11.-14.04.24 / 09.-12.05.24

Fokus GFK 51: 03.-06.10.24 / 31.10. - 03.11.24 / 28.11.- 01.12.24

Seminarzeiten: Ganztägig

Seminarort: München

Seminargebühr: Fokus GFK können Sie modular oder komplett buchen. Die näheren Infos und Preise finden Sie auf unserer Webseite und in unserer Ausschreibung.

Seminarleitung:

Andi Schmidbauer, ggf. mit Co-Training/Assistenz

Bitte fordern Sie unsere ausführliche Ausschreibung an. Anmelden können Sie sich über unsere Webseite. Wir beraten Sie auch gerne im persönlichen Gespräch, am Telefon unter 089 - 651 55 02.

*»Recht haben oder glücklich sein –
beides zugleich wird sehr schwer.«*

GFK-Sprachlabor

1 Tag =
online



Online Dialog-Training

Die Gewaltfreie Kommunikation hat Sie überzeugt und Sie haben bereits ein (oder mehrere) GFK-Seminar(e) besucht. Jetzt möchten Sie gerne »dranbleiben« und Ihre Sprachfertigkeit in Gesprächen ausbauen? Dann laden wir Sie herzlich zu unserem eintägigen Online-Dialog-Training GFK-Sprachlabor ein.

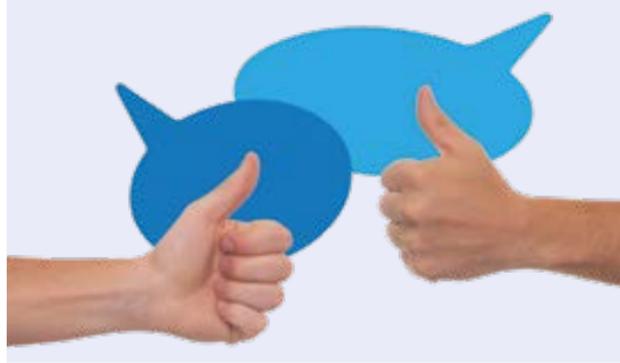
Was ist mit eine der größten Herausforderungen in der GFK?

Wir hören immer wieder: Ein (Konflikt-)Gespräch führen mit allem »Drum und Dran«, denn: Es fehlen einem oftmals die passenden Worte. Wenn es also schwierig wird in zwischenmenschlichen Beziehungen, wäre es da nicht wunderbar, wenn es gelingen würde die Gesprächsbarrieren zu überwinden? Das kann ganz einfach dadurch eintreten, dass Sie die Fähigkeit besitzen, mit der anderen Person aktiv in Verbindung zu gehen.

Sie fragen sich jetzt vielleicht, wie das konkret gehen kann?

Hier kommt jetzt das oben erwähnte »Drum und Dran« ins Spiel:

- Sie sind in der Lage, sich kurz zu fassen
- Sie wagen es, klare Bitten zu stellen
- Es gelingt Ihnen, ablehnende Antworten nicht persönlich zu nehmen, sondern weiter dranzubleiben
- Sie sind in der Lage den Gesprächsfluss zu erhalten und zu einem Miteinander zu führen
- Sie bereiten sich erfolversprechend auf ein Gespräch vor
- Sie nehmen sich Zeit und entschleunigen so das Geschehen



Alles das und so manches mehr trainieren wir gemeinsam und mit Freude in unserem eintägigen Online-Dialog-Training **GFK-Sprachlabor**.

In einer gut strukturierten Mischung ...

aus Input und praktischer Anwendung lernen Sie, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und so Ihre Chancen auf eine aufrichtige und gleichzeitig verbindende Kommunikation zu steigern. Denn: Üben hilft!

So gelingt es Ihnen immer besser ...

... Konfliktsituationen

- im äußeren Dialog
- klar und
- empathisch

zu klären.

ONLINE

Termine 2024:

05.03.2024 / 18.07.2024 / 21.11.2024

Alle Termine sind unabhängig voneinander buchbar.

Eine Mehrfachteilnahme ist möglich.

Seminarzeiten: 9-17 h

Seminarort: Online, die Zugangsdaten erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung

Seminargebühr: 155 € (selbst zahlende Privatpersonen)

138 € (Frühbucher-Preis selbst zahlende Privatpersonen)

217 € (Firmenkunden)

Seminarleitung: Andi Schmidbauer und/oder Ingrid Holler, ggf. mit Co-Training/Assistenz

Anmelden können Sie sich über unsere Webseite. Wir beraten Sie auch gerne im persönlichen Gespräch, am Telefon unter 089 - 651 55 02.



GFK-Open Space

2 Tage =
15 Stunden



GFK-Spezial-Training für Fortgeschrittene

Haben Sie schon ...

... eine ganze Reihe GFK-Seminare besucht und sind schon ein wenig »zu Hause« in der Anwendung der GFK? Geschieht es gleichzeitig, dass Sie hin und wieder in (Konflikt-)Situationen nicht so recht weiterkommen? Können Sie vielleicht Unterstützung brauchen, um Ihre Kompetenzen zu erweitern, und so noch mehr brenzlige Situationen zu meistern?

Für solche Fälle ...

... eignet sich unser **GFK-Open Space** ausgesprochen gut, denn: Es ist ein Trainingsformat, in dem alle Beteiligten gemeinsam einen Plan erstellen mit Themen, die sie individuell gerne vertiefen möchten. Dem gegenüber stehen thematische Angebote, die ebenfalls von allen eingebracht werden können. Der gemeinsame Abstimmungsprozess ergibt dann eine Reihe von Einheiten über den Tag verteilt. Wir als betreuende Trainer*innen moderieren das Ganze und schauen natürlich, dass möglichst viele Themen bearbeitet werden. Dieses Format hat sich in der Vergangenheit vielfach bewährt.

Themen können z.B. sein:

- Wie können anspruchsvolle Gespräche vorbereitet werden?
- Was tun, wenn Ärger hochkommt?
- Konfliktgespräche führen
- Die innere Haltung und ihre Gedanken
- Was tun, wenn alles irgendwie festgefahren ist?
- Selbst-Empathie

»Das Angebot war so vielfältig für mich, dass ich zunächst gar nicht wusste, was ich auswählen sollte. Ein Luxusproblem, dem ich mich gerne gestellt habe.«

- Was tun, wenn man im »Fettnäpfchen« gelandet ist?
- Glaubensmuster angehen
- Innere Konflikte klären
- Versöhnung mit einer anderen Person, auch wenn diese erstmal nicht bereit dazu ist
- Im Gespräch nicht »hinten runterfallen« sondern sich gleichwertig einbringen.

So gelingt es Ihnen immer mehr ...

... Ihre Kommunikationsmöglichkeiten und damit auch Ihren Lebensspielraum zu erweitern. So können Sie noch

- entspannter
 - zuversichtlicher und
 - freudvoller
- durchs Leben gehen.

Termin 2024:

30.04.-01.05.2024

Seminarzeiten: 1. Tag: 9:30-18 h / 2. Tag: 9-16 h

Seminarort: Freising bei München

Seminargebühr: 540 € (selbst zahlende Privatpersonen)

505 € (Frühbucher-Preis, s. S. 45)

693 € (Firmenkunden)

inkl. **Unterkunft** im Einzelzimmer mit **Vollpension**

Seminarleitung:

Ingrid Holler und Andi Schmidbauer,

ggf. mit Co-Training/Assistenz

Anmelden können Sie sich über unsere Webseite. Wir beraten Sie auch gerne im persönlichen Gespräch, am Telefon unter 089 - 651 55 02.

»Das Lösen innerer Konflikte und die Umgehensweise mit Misserfolgen haben mir ganz neue Möglichkeiten aufgezeigt, mit meiner veränderten Lebenssituation besser zurecht zu kommen.«

Mobilé

18 Tage =
140 Stunden



Ausbildung zum Empathischen Coach mit Schwerpunkt GFK

In unserer Berufsausbildung zum Empathischen Coach

... trainieren Sie in vier aufeinander aufbauenden Modulen u. a. das Herzstück einer wirkungsvollen Begleitung: Ihre Empathische Präsenz. So eröffnet Empathisches Coaching innere und äußere Räume, in denen Problemstellungen einfühlsam und gleichzeitig klar angegangen werden können. Persönliche Kräfte werden mobilisiert, um im Alltag selbstbestimmt zu handeln und auch Brücken zu bauen.

Bei Mobilé geht es darum ...

... Ihre Fachkompetenz in der präsenten Haltung ebenso zu vertiefen wie auch das dazugehörige Handwerkszeug zu trainieren. Selbsterfahrung in den verschiedenen Prozessen bewirkt eine authentische Vertiefung in der eigenen Persönlichkeit.

Das alles befähigt Sie, als Coach Ihre Klient*innen bei unterschiedlichsten Themen zu begleiten. Dies bewährt sich besonders in folgenden Situationen:

- Persönliche und berufliche Konflikte
- Emotional belastende Erlebnisse
- Entscheidungsfindung
- Neue Wege gehen

Innere Konflikte



Schwerpunkte unserer Ausbildung *Mobilé* sind u. a.:

- Auftragsklärung
- Ablauf und Gestaltung eines Coachings
- Empathische Präsenz
- Coaching-Prozesse – Handwerkszeug
- Selbsterfahrung – eigene Ressourcen stärken

So gelingt es Ihnen immer besser ...

... Ihre Coachees

- einfühlsam
 - authentisch und
 - zielorientiert
- zu begleiten.



Termine 2024/2025:

25.-29.09.2024 / 13.-17.11.2024 /
05.-09.02.2025 / 07.-11.05.2025

Seminarzeiten: Ganztägig

Seminarorte: München, letztes Modul in einem angenehmen Seminarhaus

Seminargebühr: 4.990 € (selbst zahlende Privatpersonen)
4.568 € (Frühbucher-Preis, s. S. 45) / 6.675 € (Firmenkunden)
inkl. **Tagesverpflegung** mit **Mittagessen** in den Modulen 1-3
und Einzelzimmer mit **Vollpension** im Modul 4

Seminarleitung:

Andi Schmidbauer, ggf. mit Co-Training/Assistenz

Bitte fordern Sie unsere ausführliche Ausschreibung an oder/und besuchen Sie einen unserer Infoabende. Näheres auf unserer Webseite www.akademie-blickwinkel.de



Knoten lösen

17 Tage =
130 Stunden



Mediationsausbildung auf Basis der GFK

Sie möchten gerne:

- im privaten oder beruflichen Bereich Menschen dabei unterstützen, Konflikte miteinander statt gegeneinander auszutragen?
- Ihre mediativen Fähigkeiten stärken und im eigenen Leben wirkungsvoller kommunizieren – besonders auch in Konflikten?
- sich ein zusätzliches oder neues Berufsfeld als Mediator*in schaffen?

Trifft einiges davon auf Sie zu? Dann laden wir Sie herzlich ein zu unserer Mediationsausbildung.

Bei **Knoten lösen** geht es darum ...

... Ihre Mediationskompetenz und gleichzeitig Ihre Wirksamkeit in der GFK aufzubauen und zu erweitern. Sie erwerben sich in vier aufeinander aufbauenden Modulen die Fähigkeit zu Allparteilichkeit, Empathie und Präsenz in konfliktbeladenen Situationen. Das befähigt Sie, in Konflikten wirksam zu deeskalieren und win-win-Lösungen herbeizuführen. Als MediatorIn können Sie in unterschiedlichsten Konfliktfeldern tätig sein, wie z. B.:

- Paarkonflikte
- Streit im Arbeitsleben
- Konflikte an Schulen
- Familiäre Auseinandersetzungen
- Kontroversen auf dem Bau, im Sport oder in der Jugendarbeit
- Streit um die Gestaltung öffentlichen Raums
- Politische Auseinandersetzungen

»All die ... Tools die wir so spielerisch erlernt haben, bilden eine sichere Grundlage für meine Tätigkeit als Mediatorin.«

Grundlegende Elemente unserer Ausbildung u. a.:

- Das Phasenmodell der Mediation
- Die Gesprächsführung in der Mediation
- Die Dynamik von Konflikten
- Ausbau der eigenen Konfliktfähigkeit
- Praxisorientierung und aktives Trainieren

So gelingt es Ihnen immer besser ...

... Mediationen

- souverän
- klar und empathisch durchzuführen.

PREIS-
VORTEIL



Termine 2024:

25.-28.04. / 15.-18.05. / 11.-14.07. / 04.-08.09.2024

Seminarzeiten: Ganztägig

Seminarorte: München,

letztes Modul in einem angenehmen Seminarhaus

Preisvorteil: Paketpreis mit Supervisionstagen 1&2 (S. 24) und Teammediation (S. 26) (Details auf unserer Webseite)

Seminargebühr: 4.344 € (selbst zahlende Privatpersonen)

3.980 € (Frühbucher-Preis, s. S. 45) / 5.788 € (Firmenkunden)

inkl. **Tagesverpflegung** mit **Mittagessen** in den Modulen 1-3 und Einzelzimmer mit **Vollpension** im Modul 4

Seminarleitung:

Andi Schmidbauer, ggf. mit Co-Training/Assistenz

Unsere Ausbildung **Knoten lösen** wird vom Bundesverband Mediation für die Lizenzierung als Mediator*in BM® anerkannt und entspricht auch der gesetzlichen Zertifizierung. Bitte fordern Sie unsere ausführliche Ausschreibung an oder/und besuchen Sie einen unserer Infoabende. Näheres unter www.akademie-blickwinkel.de

»Unsere Wünsche sind die Verbote der Fähigkeiten,
die in uns liegen.«

Supervisionstage 1&2

2 x 2 Tage =
2 x 15 Stunden



Supervision in der Gruppe für Mediation auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation (GFK)

Sie absolvieren eine Mediationsausbildung und benötigen hierfür Supervisionsstunden? Für die Verlängerung Ihrer Zertifizierung oder Lizenz als Mediatorin möchten Sie Fortbildungsstunden absolvieren? Oder Sie möchten Ihre mediativen Kenntnisse unter qualifizierter Leitung vertiefen? Wenn etwas davon für Sie passt, dann laden wir Sie herzlich zu unseren **Supervisionstagen 1&2** ein.

Ziel unserer Supervision ist es ...

... das eigene Handeln als Mediator kritisch zu beleuchten und mögliche Verbesserungsaspekte zu betrachten. Dies geschieht aus unserer Sicht am besten anhand live durchgeführter und anschließend reflektierter Mediationen. Auf diese Weise stellen Sie sicher, dass die erworbenen Erkenntnisse konkret und praxisbezogen in Ihrem Mediationsalltag anwendbar sind.

An unseren Supervisionstagen 1&2 können Sie u. a. erleben:

- ressourcenorientiertes und wertschätzendes Feedback
- weiterer Input zu Mediationsablauf und zugehörigem Kommunikationsverfahren
- Freude am gemeinsamen Arbeiten und Lernen
- einen geschützten Rahmen in der Gruppe

*Dieses Seminar wird auf die Anerkennung als Mediator*in BM®
des Bundesverbandes Mediation mit 30 Stunden angerechnet.*



So gelingt es Ihnen immer besser ...

... Mediationen

- kompetent
- einfühlsam und
- gut strukturiert zu leiten.



Termine 2024:

Supervisionstage 1: 23.-24.09.2024

Supervisionstage 2: 21.-22.10.2024

(Termine für 2025 auf unserer Webseite)

Beide Module sind inhaltlich unterschiedlich und können unabhängig voneinander oder gemeinsam gebucht werden.

Seminarzeiten: 1. Tag: 9:30-17:30 h / 2. Tag: 9:00-17:30 h

Seminarort: München

Seminargebühr je Modul:

445 € (selbst zahlende Privatpersonen)

405 € (Frühbucher-Preis, s. S. 45)

608 € (Firmenkunden)

inkl. **Tagesverpflegung** mit 2 x **Mittagessen**

Preisvorteil: Paketpreis mit Mediationsausbildung (S. 22) und Teammediation (S. 26) (Details auf unserer Webseite)

Seminarleitung:

Andi Schmidbauer ggf. mit Co-Training/Assistenz

Bitte fordern Sie unsere ausführliche Ausschreibung an oder/und besuchen Sie einen unserer Infoabende. Näheres auf unserer Webseite www.akademie-blickwinkel.de



4 Tage =
30 Stunden



Alle in einem Boot

Mediation in Gruppen und Teams auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation (GFK)

Sie haben bereits eine Mediationsausbildung absolviert und auch gute Kenntnisse in der GFK? Jetzt möchten Sie sich weiterbilden in der Mediation mit Gruppen und Teams und dabei die Einsatzmöglichkeiten der GFK erproben? Dann laden wir Sie herzlich zu dieser Fortbildung ein.

In der Mediation mit Gruppen und Teams geht es darum ...

... das Mediationsboot durch alle konflikthafte Untiefen zu steuern und sicheren Kurs auf den Hafen der Verständigung zu nehmen. Streit und Gegeneinander können die gemeinsame Arbeit in einer Abteilung oder in einer Projektgruppe beträchtlich erschweren. All dies wird in einer Teammediation aufgegriffen und geklärt. Die Mediation befähigt so das Team, wieder »teamfähig« zu werden. Das ist z. B. bei Konflikten in folgenden Gruppen- und Teams sinnvoll:

- Arbeitsgruppen
- Familien
- Projektteams
- Abteilungen
- Leitungsgremien
- Schülervvertretungen
- Sportvereine

*Dieses Seminar wird auf die Anerkennung als Mediator*in BM® des Bundesverbandes Mediation mit 30 Stunden angerechnet.*

»Gerade, weil wir alle in einem Boot sitzen, sollten wir heilfroh darüber sein, dass nicht alle auf unserer Seite stehen.« Ernst Ferstl

Bei *Alle in einem Boot* trainieren Sie u. a.:

- Auftragsklärung, Planung und Vorbereitung
- Der »Rote Faden« – das Phasenmodell der Mehrparteienmediation
- Interventions- und Steuerungsmöglichkeiten
Verständigung unter den Konfliktparteien erzeugen
- Umgang mit Widerstand und starken Gefühlen

So gelingt es Ihnen immer besser ...

... Mediationen in Teams und Gruppen

- allparteilich
- einfühlsam und
- gut strukturiert
zu meistern.



PREIS-
VORTEIL

Termin 2024:

07.-10.11.2024

(Termin für 2025 auf unserer Webseite)

Seminarzeiten:

1. Tag: 10-17:30 h / 2. + 3. Tag: 9-17:30 h / 4. Tag: 9-16 h

Seminarort: München

Seminargebühr: 890 € (selbst zahlende Privatpersonen)

810 € (Frühbucher-Preis, s. S. 45)

1.215 € (Firmenkunden)

inkl. **Tagesverpflegung** mit 4 x **Mittagessen**

Preisvorteil: Paketpreis mit Mediationsausbildung (S. 22) und
Supervisionstagen 1&2 (S. 24) (Details auf unserer Webseite)

Seminarleitung: Andi Schmidbauer, ggf. mit Assistenz

Anmelden können Sie sich über unsere Webseite. Wir beraten Sie auch gerne im persönlichen Gespräch, am Telefon unter 089 - 651 55 02.

»Kontakt kommt vor Konsens und Kooperation.«

6 x 6

6 Abende



Die besondere GFK-Übungsgruppe

Sie haben bereits Erfahrungen mit der Gewaltfreien Kommunikation gemacht und möchten jetzt gerne dran bleiben, tiefer einsteigen oder »nur üben«, um ...

- die GFK in Ihrem Alltag sicherer anwenden zu können?
- herausfordernde Situationen vorzubereiten oder nachzubearbeiten
- offene Fragen zu klären?
- gemeinsam mit anderen GFK-Interessierten mehr Spaß und Leichtigkeit in Ihr Leben zu bringen?

Dazu bieten wir Ihnen die Übungsgruppe 6 x 6 an, in der alles Platz hat, was Sie gerne giraffisch vertiefen möchten. Um Vertrauen und Weiterentwicklung in dieser Übungsgruppe zu fördern, treffen sich die max. 6 Teilnehmenden in derselben Zusammensetzung 6 Mal.

Termine 2024:

Frühjahr: 21.02. / 20.03. / 17.04. / 15.05. / 19.06. / 10.07.2024
(Termine für Herbst 2024 auf unserer Webseite)

Seminarzeiten: Jeweils 18:30-21 h

Seminarort: München

Seminargebühr: 190 € (selbst zahlende Privatpersonen)

173 € (Frühbucher-Preis selbst zahlende Privatpersonen)

266 € (Firmenkunden)

Seminarleitung: Gudrun Haas

Die Termine sind jeweils nur als Paket buchbar. Mindestvoraussetzung ist die Teilnahme an einem GFK-Einführungsseminar.



Einzel supervision für Mediator*innen ...

individuell



... für die Zertifizierung und Lizenzierung

Für die Zertifizierung zum*r Mediator*in nach dem staatlichen Mediationsgesetz benötigen Sie zusätzlich zu Ihrer Mediationsausbildung (mind. 130 Stunden) fünf Einzelsupervisionen von Fällen, die Sie selbst mediiert haben. Auch für die Lizenzierung als Mediator*in beim Bundesverband Mediation sind Supervisionen erforderlich. Nach einer 200-stündigen Ausbildung brauchen Sie hier fünf selbst durchgeführte Mediationen von mind. 25 Stunden, die alle supervidiert sein wollen. Supervisionen führen wir gerne gemeinsam mit Ihnen durch. Dazu benötigen Sie eine dokumentierte Mediation, die Sie zur Vorbereitung des Supervisionsgesprächs vorab einreichen. Den Dokumentationsleitfaden bekommen Sie von uns. In der Supervision besprechen wir dann Ihre Mediation unter verschiedenen Gesichtspunkten. Es ist auch genügend Zeit, Ihre Fragen zu klären. Wenn Sie Ihre Mediationsausbildung bei uns gemacht haben, erhalten Sie von uns Sonderkonditionen.



Termin: Nach individueller Vereinbarung

Zeitrahmen: Für eine Sitzung ca. 90 Minuten

Ort: München oder nach Absprache

Honorar: Unterschiedlich nach Zeitaufwand

Supervidierende: Andi Schmidbauer und/oder Ingrid Holler

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei uns, gerne am Telefon unter 089 - 651 55 02.



Empathisches Coaching

individuell



Individuelle Begleitung und Unterstützung / Konfliktberatung

Stoßen Sie öfter auf Widerstände bei:

- Ihren Kund*innen?
- Ihrem Partner/Ihrer Partnerin?
- Ihren Kindern?
- Ihren Kolleg*innen?
- anderen Menschen, mit denen Sie zu tun haben?
- sich selbst, wenn es um die Umsetzung persönlicher Wünsche geht?

Im *Empathisches Coaching* geht es darum ...

... Licht in Situationen zu bringen, in denen Sie Ihre eigenen Handlungen oder das Vorgehen anderer Menschen nicht oder nur schwer nachvollziehen können. Da sachliche wie auch emotionale Aspekte in die Betrachtung mit einbezogen werden, eignet sich unsere individuelle Begleitung sowohl bei inneren Konflikten als auch dann, wenn es im zwischenmenschlichen Kontakt »knirscht«, wie z. B.:

- Sie haben den Eindruck einfach nicht weiter zu kommen, egal was Sie versuchen
- »Hüh? oder hott?« – eine Entscheidung fällt Ihnen schwer
- Es gibt immer wieder Streit – warum?
- Wider besseres Wissen verfallen Sie immer wieder in alte Gewohnheiten
- Es werden bei Ihnen des Öfteren die gleichen »Knöpfe« gedrückt

»Ich konnte einen über viele Jahrzehnte in mir schwellenden, inneren Konflikt lösen, und das tut so gut. Dafür bin ich sehr dankbar!«

Sie erleben im Empathischen Coaching, dass Sie ...

- sich selbst und Ihre Anliegen besser kennenlernen
- Ihre Fähigkeit optimieren, in jeder Situation handlungsfähig zu bleiben
- Möglichkeiten finden, Ihre Anliegen nach außen wirkungsvoll zu vertreten

So gelingt es Ihnen immer besser ...

... Ihr Leben

- klar
 - verständnisvoll und
 - zuversichtlich
- zu gestalten.

Termin: Nach individueller Vereinbarung

Zeitrahmen: Für eine Sitzung ca. 90 Minuten

Ort: München oder nach Absprache

Honorar: Unterschiedlich nach Zeitaufwand und Personenzahl

Empathische Coaches:

Andi Schmidbauer und/oder Ingrid Holler

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei uns, gerne am Telefon unter 089 - 651 55 02.

»In der Mediation ... haben wir einen Vertrauensraum betreten, in dem wir alles auf den Tisch legen konnten ... Der allparteiliche Ansatz und der hochkonzentrierte Einsatz der Mediationsleitung haben uns ... die Zukunft zurückgegeben.«

Empathische Mediation

individuell



Konflikte klären zwischen zwei oder mehreren Personen

Sie stecken in einem Konflikt und möchten:

- ihn miteinander statt gegeneinander austragen?
- professionelle Unterstützung bei der Klärung Ihres Konflikts?
- in Ihrer Auseinandersetzung zu einer win-win-Lösung kommen, die alle Streitparteien zufrieden stellt?

Trifft einiges auf Sie zu? Dann möchten wir Ihnen unsere wirksame Begleitung als professionelle Mediator*innen anbieten.

In einer *Empathischen Mediation* geht es darum ...

... die bestimmenden Gefühle und Anliegen hinter Ihren Konfliktpositionen zu erkennen und auf dieser Ebenen einander wieder zu hören und zu respektieren. So können Sie Konflikte klären und in Ihrem Konfliktfeld auch selbstständig wieder partnerschaftlich miteinander umgehen. Dies bietet sich bei folgenden »Einsatzgebieten« an:

- Ehe- oder Paarstreit
- Konflikt um ein nachbarschaftliches Thema
- Streit in der Familie
- »Mobbing« am Arbeitsplatz
- Krach mit dem Chef
- Reibereien mit den Mitarbeiter*innen
- Konflikte in Teams und unter Kollegen
- Auseinandersetzungen in der Schule
- Erbschaftskonflikte



Sie erleben in unserer Mediation, dass ...

- Sie Ihre Sichtweisen darlegen können, ohne verurteilt zu werden.
- Sie mit Ihrem Gegenüber in einem sicheren Rahmen wieder in Kontakt kommen
- Sie neue Konfliktlösungen finden

Das ermöglicht es Ihnen zukünftig ...

... einen heraufziehenden Streit

- frühzeitig zu erkennen
- die erarbeiteten Lösungen anzuwenden
- oder sich erneut Unterstützung zu holen

Termin:

Nach individueller Vereinbarung

Zeitrahmen:

Für eine Sitzung 90 Minuten oder mehr

Ort: München oder nach Absprache

Honorar: Unterschiedlich nach Zeitaufwand und Personenzahl

Mediationsleitung:

Ingrid Holler oder/und Andi Schmidbauer

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei uns, gerne am Telefon unter 089 - 651 55 02.



HerzKreis-Training

2 Tage



Anti-Stress-Training in 12 Minuten

Sie stehen mit beiden Beinen im Leben und ...

- Ihr Alltag ist von Spannung und Zeitdruck geprägt?
- Sie haben hohe Ansprüche an sich selbst?
- Sie wollen Ihre innere Aufmerksamkeit trainieren?
- Sie möchten eine stimmig Balance von Anspannung und Entspannung in Ihr Leben bringen?

Im HerzKreis-Training geht es darum ...

... zunächst einmal einen Schritt aus dem Alltag zurückzutreten. Unser Herz braucht unsere Aufmerksamkeit, unser Wohlwollen, Entlastung und Weite. Überhöhter Leistungsdruck und die oft damit verbundene Orientierung nach noch mehr »Performance« im Alltag, sowie die nicht selten daraus resultierende Einsamkeit arbeiten jedoch gegen uns. Haben wir verlernt auf unser Herz zu hören? Das können Sie ändern:

- Time-Out statt Burn-Out
- Zuversicht statt Depression

Sie haben es in der Hand, auf einfache Art und Weise auf Ihr Wohlbefinden Einfluss zu nehmen. Der **HerzKreis** ist ein einfach zu erlernendes Bewegungsprogramm mit zwölf Elementen, das Körper, Seele und Geist gleichermaßen anspricht und miteinander verbindet. Eine Trainingseinheit dauert nicht länger als 12 Minuten. So können Sie den HerzKreis gut in Ihren Alltag integrieren.

»Der HerzKreis war für mich eine intensive Erfahrung von ›zu meiner Mitte kommen‹ und mich entspannen. Er begleitet mich seither mit dauerhaftem Erfolg.«

Im HerzKreis-Training lernen Sie u. a., wie Sie ...

- Spannungen und Blockaden abbauen können
- Stress wirkungsvoll entgegen treten und ihn vermeiden
- mit geringem Zeitaufwand selbst aktiv zu Ihrem eigenen Wohlbefinden beitragen können

Das ermöglicht es Ihnen zukünftig ...

... Ihren Alltag

- entspannt
- bewusst und
- mit Klarheit zu gestalten.

Termin 2024:

12.-13.10.2024

Seminarzeiten:

1. Tag: 9:30-18:00 h / 2. Tag 9:30-17:30 h

Seminarort: Nürnberg

Seminargebühr: 280 € (selbst zahlende Privatpersonen)
250 € (Frühbucher-Preis, s. S. 45) / 580* € (Firmenkunden)

Seminarleitung: Andi Schmidbauer und Gabriele Lindemann

**zzgl. 19% MwSt. für Firmenkunden*

Der **HerzKreis** ist ein Angebot in Zusammenarbeit mit Gabriele Lindemann.



Infoabend



1 Abend



Alles Wissenwerte zu unseren Mediationsausbildungen und zu unserer Coaching-Ausbildung

An diesem Abend ...

- ... informieren wir Sie ausführlich über unser Ausbildungskonzept
- ... erhalten Sie Antworten auf Ihre Fragen rund um unsere Ausbildungen
- ... bekommen Sie wichtige und aktuelle Infos zum Mediationsgesetz
- ... lernen Sie unser Trainer*innenteam persönlich kennen

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Termine 2024: Immer aktuell auf unserer Webseite

Seminarzeiten: 18:00-19:30 h

Seminarort: Online

Seminargebühr: Gratis, vorherige Anmeldung erforderlich

Seminarleitung: Andi Schmidbauer

Anmelden können Sie sich über unsere Webseite. Wir beraten Sie auch gerne im persönlichen Gespräch, am Telefon unter 089 - 651 55 02. Die Zugangsdaten erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung.

»Es ist Zeit, neue Türen aufzustoßen –
neuen Anfängen zu vertrauen.«

GFK-Schnupperabend



1 Abend



GFK kennenlernen in kleinen Häppchen

Sie wollten schon immer einmal wissen, was sich hinter diesen drei Buchstaben genau verbirgt? Dann nehmen Sie an einem unserer regelmäßig stattfindenden Schnupperabende teil. Dabei gewinnen Sie einen Einblick in die Gewaltfreie Kommunikation. Sie erfahren wer und was hinter der GFK steckt und erleben u.a. Live mit, wie ...

- sich Konfliktgespräche offen und ehrlich gestalten lassen
- Sie in Paarbeziehungen auch schwierige Themen aufrichtig angehen können
- Wertschätzung Ihnen einen Vorsprung in geschäftlichen Beziehungen sichern kann
- Sie in Ihrer Familie zu mehr Ruhe und Gelassenheit finden können

Wir arbeiten mit praktischen Beispielen und plaudern aus dem Nähkästchen aus über 20 Jahren Erfahrung mit der GFK.

Sie sind neugierig geworden? Dann kommen Sie uns besuchen ...

Termine 2024: Immer aktuell auf unserer Webseite

Seminarzeiten: 18:00-19:30 h

Seminarort: Online

Seminargebühr: Gratis, vorherige Anmeldung erforderlich

Seminarleitung: Andi Schmidbauer

Anmelden können Sie sich über unsere Webseite. Wir beraten Sie auch gerne im persönlichen Gespräch, am Telefon unter 089 - 651 55 02. Die Zugangsdaten erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung.

Ingrid Holler ...



... Zuhören können und sich selbst offen mitzuteilen ist der Schlüssel für eine gelingende Kommunikation. Das Miteinander im persönlichen Bereich kann davon ebenso positiv beeinflusst werden wie das Aushandeln gesellschaftlicher Positionen zum Besseren für alle Beteiligten.



In der GFK habe ich eine wirkungsvolle Möglichkeit gefunden, dies auch praktisch zu leben und anderen Menschen weiterzuvermitteln. Sei es im Privatleben, in der Unternehmensleitung der Akademie Blickwinkel oder auch in unseren Angeboten. Hier findet sich auch in herausfordernden Situationen mit der GFK meist wieder ein Weg. In der Akademie Blickwinkel leite ich beratend unsere Seminare und Ausbildungen.

Empathische Coachings, Empathische Mediationen und **Personalwicklungsprojekte** in Unternehmen und Organisationen runden mein Engagement ab. Und natürlich auch das Bücherschreiben, das mal als Hobby begann ...

Durch meine langjährige Erfahrung in der Unternehmensführung sowie in der Entwicklung und Durchführung von Trainings konnte ich die GFK leicht integrieren. Mehr als 10 Jahre war ich in Marshall Rosenbergs Center for Nonviolent Communication (CNVC) als eine der GFK-Trainerinnen der »ersten Stunde« zertifiziert. Jetzt bin ich u.a. anerkannte Trainerin Fachverband Gewaltfreie Kommunikation, Mediatorin BM®, Ausbilderin BM® und gesetzlich zertifizierte Mediatorin. Ehrenamtlich engagiere ich mich in der Anerkennungskommission des Fachverbandes Gewaltfreie Kommunikation und in der MediationsZentrale München (MZM).

Zertifizierte Mediatorin
(nach staatl. Mediationsgesetz)



Andi Schmidbauer ...



... schon seit meinem achtzehnten Lebensjahr begleiten mich Themen wie: ›Wie kommt es zu Missverständnissen zwischen Menschen?‹ und ›Muss ich Recht haben, um etwas zu gelten?‹ Seit 2002 zeigt mir die Gewaltfreie Kommunikation immer wieder einen sehr praktikablen Weg auf, wie ich meine Vorstellungen zu diesen Themen konkret verwirklichen kann. Deswegen gebe ich die GFK und anderes Bewährtes gerne weiter.



Was mir bei meiner jetzigen Arbeit immer wieder zu Gute kommt, ist meine langjährige Erfahrung in der Konfliktklärung im Projektmanagement/Consulting auf internationaler Ebene. Seit 2003 arbeiten Ingrid und ich zusammen, und ich freue mich, dass wir das seit 2014 im Rahmen der »Akademie Blickwinkel« gemeinsam fortführen.

Ich bin u.a. anerkannter Trainer Fachverband Gewaltfreie Kommunikation, Mediator BM[®], Ausbilder BM[®], gesetzlich zertifizierter Mediator sowie Moderator, Coach und HerzKreis-Trainer. Im Fachverband Gewaltfreie Kommunikation bin ich Gründungsmitglied, 9 Jahre im Vorstand und 13 Jahre in der Anerkennungskommission. Mit dem Bundesverband Mediation und dem Netzwerk Gewaltfreie Kommunikation München verbindet mich eine langjährige ehrenamtliche Mitarbeit.

In der »Akademie Blickwinkel« leite ich unsere Seminare und Ausbildungen. Darüber hinaus unterstütze ich seit vielen Jahren Menschen dabei, in **Empathischen Mediationen** Konflikte zu klären oder begleite sie in **Empathischen Coachings** oder **Einzelsupervisionen**. Für Teams und Organisationen setze ich mich in Firmentrainings und Mediationen ein.

Zertifizierter Mediator
(nach staatl. Mediationsgesetz)



Andi Schmidbauer schreibt für Sie:

Sage nicht »Ja«, wenn Du »Nein« sagen willst ...

Geht es Ihnen auch manchmal so, dass Sie sich über sich selbst ärgern, weil Sie zu etwas zugestimmt haben – obwohl vielleicht eine innere Stimme schon »Nein« gesagt hat? Oder hätten Sie gerne »Nein« gesagt – und Sie haben es sich nicht getraut? Wie findet man eigentlich zu Entscheidungen, die auch langfristig für einen selbst stimmig sind? Mir hat eine Übung in dieser Sache sehr weitergeholfen und ich möchte Sie gerne mit Ihnen teilen. Lassen Sie uns zunächst überprüfen, ob wir einige Grundannahmen teilen:

- Jedes »Ja« zu einer Handlung ist ein Versuch, dadurch zur Erfüllung von eigenen Bedürfnissen beizutragen.
- Jedes »Nein« zu einer Handlung ist in jedem Fall ein »Ja« zu den Bedürfnissen, die sich nicht erfüllen würden, wenn Sie »Ja« zu dieser Handlung sagen würden.
- Egal, wie Sie sich auch entscheiden, ob Sie »Ja« oder »Nein« sagen, Sie sagen in jedem Fall »Ja« zu einem Ihrer Bedürfnisse.

Stimmen Sie zu? Dann kann es weitergehen und diese kleine Denksportaufgabe möchte ich nicht ohne Beispiel lassen: Rufen Sie sich jetzt eine konkrete Situation ins Gedächtnis, in der Sie zu etwas zugestimmt haben und dann erst hinterher gemerkt haben, dass Sie das lieber nicht gemacht hätten. Haben Sie eine? Wie sind Sie darauf gekommen, dass die Handlung, die Sie gewählt hatten jetzt nicht mehr stimmig ist: Haben Sie sich plötzlich irgendwie unwohl gefühlt? Kamen Ihnen Gedanken in den Sinn, die vorher scheinbar nicht da waren? Notieren Sie sich bitte Ihre Gedanken – möglichst wortwörtlich, so wie sie in Ihrem Inneren auftauchen. Nehmen Sie sich einen Moment Zeit dafür. Könnte es sein, dass diese Gedanken nicht besonders freundlich, sondern eher ärgerlich, harsch und abwertend klingen? Das wäre durchaus nicht ungewöhnlich. Marshall Rosenberg nennt diese Art von Gedanken eine »Wolfsshow«



– ein Sinnbild für die unschöne Art und Weise wie wir gewohnt sind, mit anderen Menschen und uns selbst umzugehen. In diesen Gedanken finden Sie, mit ein klein wenig Übung, wichtige Hinweise auf das, was wirklich hinter Ihrem Ärger steckt:

Ihre Bedürfnisse, die durch Ihre Zustimmung scheinbar auf der Strecke geblieben sind. Wie geht das jetzt konkret?

Fragen Sie sich selbst: »Was ist in dieser Situation für mich zu kurz gekommen?«. Vielleicht wären Sie gerne achtsam mit sich oder anderen gewesen? Oder vorausschauend? Haben Sie möglicherweise Bedürfnisse wie Selbstbestimmung oder Rücksichtnahme aus Ihrem Blick verloren? Sind evtl. Aufrichtigkeit oder Integrität Anliegen, die sich jetzt melden? Notieren Sie sich Ihre Bedürfnisse. Und wenn das so ist, wie geht es Ihnen emotional, wenn Sie daran denken, dass diese Bedürfnisse – für Sie wichtige Anliegen – zu kurz gekommen sind? Sind dann vielleicht traurig, enttäuscht, ratlos, resigniert? Sind Sie noch auf sich oder das Gegenüber ärgerlich, oder stehen jetzt andere Gefühle im Vordergrund?

Mich hat die Erkenntnis, welche Bedürfnisse durch meine Entscheidung zu kurz gekommen sind, meist beruhigt – weil ich auf einmal verstanden habe, warum ich mit mir selbst so unzufrieden war. Diese Klarheit hat mir dann im Weiteren geholfen, alternative Handlungsideen zu entwickeln.

Heute versuche ich vor einer Zustimmung kurz innezuhalten und mich zu fragen: »Was versuche ich mir damit zu erfüllen und was könnte – möglicherweise – durch die Zustimmung in Gefahr kommen?«. So komme ich mir selbst Schritt-für-Schritt näher und treffe Entscheidungen, die auch langfristig für mich stimmig bleiben.

Bücher & mehr



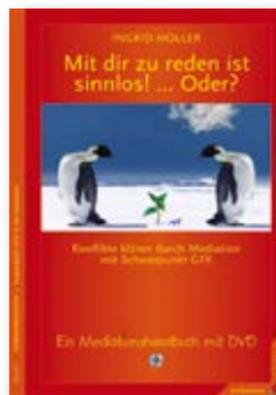
Das erste Buch mit konkreten Erfahrungsberichten: GFK-Erfolgsgeschichten. Lassen Sie sich inspirieren!



Marshall B. Rosenbergs Grundlagenwerk ist eine empfehlenswerte Einführung in die GFK – mit neuem Kapitel über Mediation und Konfliktgespräche.



Trainieren Sie die GFK hier Schritt für Schritt mit abwechslungsreichen Übungen. Neues Kapitel über Konfliktklärung und Mediation mit Modellgesprächen.



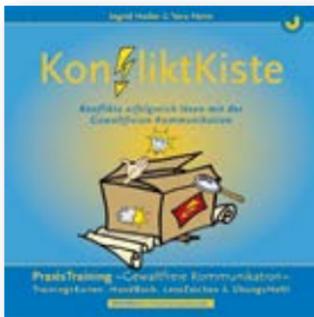
Das Buch zur Mediationsausbildung von Ingrid Holler! Hier werden Sie sicher durch eine komplette Mediation geführt (mit Modellmediation auf DVD).



Mit dem Tabledance können Sie Klärungsgespräche zur Auflösung eines Konflikts mithilfe eines Spielbretts auf spielerisch-leichte Art üben und auch direkt durchführen.



Mit diesem Fächer kommen Sie auf leichte und inspirierende Weise den aktuellen Gefühlen und Bedürfnissen auf die Spur.



In der Konfliktkiste finden Sie 88 Rollenspiele zum Üben klarer und gewaltfreier Gespräche mit Modell-Lösungen.



Diese Tagebücher helfen Ihnen im Alltag, an einer verbindenden und aufrichtigen Kommunikation »dranzubleiben« und sich auch über Gelungenes zu freuen.

Alle Bücher können Sie auch über unsere Webseite www.akademie-blickwinkel.de bestellen



Wie trainieren wir?

Systematisch

Präsentationen und Übungsaufgaben

Effektiv

in Einzel-, Partner- und Gruppenübungen

Praxisnah

anhand Ihrer persönlichen Herausforderungen und in Rollenspielen

Empathisch und vertraulich

auch bei mitgebrachten persönlichen Themen

Fröhlich und lebendig

durch Geschichten, Impulse und Übungen

Authentisch

in der Gruppe leben wir gemeinsam die GFK

Eine gute Idee: Gutscheine für unsere Seminare



Vielleicht sind Sie noch auf der Suche nach einem passenden Geschenk? Für jedes unserer Seminare können Sie einen Geschenk-Gutschein erwerben. Sprechen Sie uns bitte an, wir klären die Details mit Ihnen – einfach und unkompliziert.



Wir verpflichten uns, nach den ethischen Richtlinien und im Sinne des Berufskodex für die Weiterbildung des Forum Werteorientierung in der Weiterbildung e.V. zu handeln und sind dadurch berechtigt, das Siegel »Qualität – Transparenz – Integrität« zu führen.

Beratung und Organisation

Frühbucher-Preis* (selbst zahlende Privatpersonen)

Sie wissen schon früh, dass Sie ein Seminar bei uns besuchen möchten? Wenn ja, unterstützt uns dies bei der Planung, und davon profitieren Sie mit einem Frühbucher-Rabatt (Anmeldung bis vier Monate vor Seminarbeginn) auf den Seminarpreis. Wenn Sie diesen Rabatt wählen, begleichen Sie die Seminargebühr innerhalb von 14 Tagen ab Rechnungsdatum.

Buchung

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie von uns eine Anmeldebestätigung mit den wichtigen Infos sowie Ihre Rechnung. Damit ist Ihr Platz sicher gebucht. Wir sind als Ausbildungsinstitut mit unseren Seminaren und Ausbildungen durch die Regierung von Oberbayern gemäß § 4 Nr. 21a, bb UStG von der Umsatzsteuer befreit. Eine Ausnahme hierzu ist der **HerzKreis**.

Rücktritt und Ausfall

Sie können bis 2 Monate vor Seminarbeginn gegen eine Bearbeitungsgebühr von 50 € zurücktreten oder umbuchen. Ab dem 60. Tag vor Seminarbeginn, bei Nichterscheinen oder vorzeitigem Verlassen ist der Gesamtbetrag fällig. Nach diesem Termin können Sie bei Stellung einer Ersatzperson ebenfalls mit dieser Bearbeitungsgebühr und ansonsten kostenfrei zurücktreten. Bezahlte Seminargebühren werden Ihnen umgehend erstattet. Sollte es wegen Verhinderung der Trainer*innen zum Ausfall eines Termins kommen, wird ein Ersatztermin in Absprache mit den Teilnehmer*innen angeboten. Fällt ein Seminar aus Gründen, die die Akademie Blickwinkel zu vertreten hat, aus, werden geleistete Zahlungen anteilig in voller Höhe zurückerstattet. Sonstige Ansprüche gegen die Akademie Blickwinkel bestehen nicht. Wir empfehlen zu Ihrer und unserer Sicherheit und Entspannung dringend den eigenverantwortlichen Abschluss einer Seminar-Rücktrittskosten-Versicherung, die im Krankheits- oder Verhinderungsfall für den Ausfall der Seminargebühren/Unterkunfts-/Verpflegungskosten eintritt. Es ist zusätzlich auch eine Ergänzungsversicherung zu Covid-19 möglich.

Alle weiteren Angaben finden Sie hier: www.akademie-blickwinkel.de/seminare-und-mehr/seminare-und-mehr/beratung-und-organisation.html
Stand 01/2024. Änderungen vorbehalten.

Terminübersicht 2024

Termin	Seminar	Seite
12.-14.01.	GFK-Basics Intensiver Einführungsworkshop	8
16.-18.02.	GFK-Basics Intensiver Einführungsworkshop	8
21.02.	6 x 6 GFK-Übungsgruppe / Beginn Frühjahr (6 zusammengehörende Termine)	28
23.-25.02.	GFK-Aikido® Spezial-Training Empathische Schlagfertigkeit	10
05.03.	GFK-Sprachlabor Online Dialog-Training	16
11.-13.03.	Fit für Führung Spezial-Training für Führungskräfte	12
14.-17.03.	Fokus GFK 50 GFK-Intensiv-Ausbildung / Modul 1	14
22.-24.03.	GFK-Basics Intensiver Einführungsworkshop	8
11.-14.04.	Fokus GFK 50 GFK-Intensiv-Ausbildung / Modul 2	14
25.-28.04.	Knoten lösen Mediationsausbildung / Beginn (4 aufeinander aufbauende Module)	22
30.04.-01.05.	GFK-Open Space GFK-Spezial-Training für Fortgeschrittene	18
09.-12.05.	Fokus GFK 50 GFK-Intensiv-Ausbildung / Modul 3	14
14.-16.06.	GFK-Basics Intensiver Einführungsworkshop	8
21.-23.06.	GFK-Aikido® Spezial-Training Empathische Schlagfertigkeit	10

Termin	Seminar	Seite
18.07.	GFK-Sprachlabor Online Dialog-Training	16
19.-21.07.	GFK-Basics Intensiver Einführungsworkshop	8
13.-15.09.	GFK-Basics Intensiver Einführungsworkshop	8
23.-24.09.	Supervisionstage 1 Supervisionstage für für Mediator*innen	24
25.-29.09.	Mobilé Coachingausbildung / Beginn (4 aufeinander aufbauende Module)	20
03.-06.10.	Fokus GFK 51 GFK-Intensiv-Ausbildung / Modul 1	14
12.-13.10.	HerzKreis-Training Anti-Stress-Training in 12 Minuten	34
18.-20.10.	GFK-Aikido® Spezial-Training Empathische Schlagfertigkeit	10
21.-22.10.	Supervisionstage 2 Supervisionstage für für Mediator*innen	24
25.-27.10.	GFK-Basics Intensiver Einführungsworkshop	8
31.10.-03.11.	Fokus GFK 51 GFK-Intensiv-Ausbildung / Modul 2	14
07.-10.11.	Alle in einem Boot Mediation in Gruppen und Teams	26
21.11.	GFK-Sprachlabor Online Dialog-Training	16
22.-24.11.	GFK-Basics Intensiver Einführungsworkshop	8
28.11.-01.12.	Fokus GFK 51 GFK-Intensiv-Ausbildung / Modul 3	14

Der Zug stand seit geraumer Zeit auf dem Bahnhof, während Albert Einstein immer und immer wieder seine Taschen und sein weiteres Gepäck nach seiner Fahrkarte durchsuchte. Der Schaffner wurde etwas ungeduldig: »Steigen Sie doch ein und kaufen sich im Zug eine neue Fahrkarte. Das Geld für die andere, die Sie ja wohl im Laufe Ihrer Fahrt noch finden werden, bekommen sie sicher zurück.« Darauf erwiderte Einstein: »Das mit dem Geld ist nicht das Schlimmste. Aber wenn ich die Fahrkarte nicht finde, weiß ich nicht, wohin ich eigentlich wollte. Und solange ich das nicht weiß, kann ich nicht einsteigen.«

Wo möchten Sie hin?



Wir verpflichten uns, nach den ethischen Richtlinien und im Sinne des Berufskodex für die Weiterbildung des Forum Werteorientierung in der Weiterbildung e.V. zu handeln und sind dadurch berechtigt, das Siegel »Qualität – Transparenz – Integrität« zu führen.

Gestaltung: Grafikatelier Antje Köhler, www.die-visionaten.de / Fotos: Photocase.de: ©Pünktchen, ©inkje, ©kmalgrün, ©kallejpp, ©pip, ©jarts, ©una.kni.psolina, ©bellaluna, ©nicolasberlin, ©zettberlin, ©seleneo; Fotolia.com: ©Tino Netz, ©magmarcz, ©Elena Schweitzer, ©vectorfusionart, ©juripozzi; shutterstock.com: ©nito; Wikipedia.de: ©Andrew Dunn (CC BY-SA 2.0)



Akademie Blickwinkel

Ingrid Holler und Andi Schmidbauer GbR
Fraunhoferstr. 23, 80469 München
Tel. 089 - 651 55 02, Fax 089 - 651 55 07
E-Mail info@akademie-blickwinkel.de
www.akademie-blickwinkel.de