

Gewaltfreie Kommunikation Spezial Futur II-GFK

– Für mit der GFK Vertraute und GFK-Trainer*innen

Interaktiver Online Workshop mit **Ariane Brena**

organisiert vom Lohmarer Institut für Weiterbildung

Futur II: die vollendete Zukunft. Anders gesagt: Ich stelle mir vor, bereits an mein Ziel gelangt zu sein. Diese Vorstellungskraft ist eine Alltagsfähigkeit, wenn wir etwas planen, zum Beispiel einen Urlaubsort wählen und uns hineinversetzen oder ausmalen, wie es dort sein wird und wie wir uns dort fühlen werden.

Der Futur-II-Prozess macht sich diese Vorstellungskraft zunutze. Er setzt in der vollendeten Zukunft an. Ein Wunsch wird in Erfüllung gegangen sein. Was ist jetzt anders? Was bedeutet das für mich? Von dort aus wird zurückgeblickt: Wie bin ich dorthin gelangt? Was habe ich getan, was gelassen?

Voraussetzungen für die Teilnahme am Workshop: Vertrautheit mit den Begriffen Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis, Strategie, wie sie in der GFK verwendet werden; Bereitschaft, eigene Anliegen einzubringen.

Hinweise:

Vor dem Workshop wirst du Material als pdf zugesandt bekommen; bitte drucke dieses aus, schneide es zu und halte es bereit. **Nach** dem Workshop wirst du ein Handout als pdf erhalten, das das Wichtigste zur Futur II-GFK zusammenfasst.

Seminarinhalte

- Systemisches Fragen und Selbstempathie in der GFK
- Der Futur-II-Prozess anhand von Themen der Teilnehmenden
- Einordnen des Futur-II-Prozesses und Aufgaben der Begleitung

Methoden

- Kurzvortrag
- Demonstration des Futur-II-Prozesses anhand von Anliegen der Teilnehmenden
- Arbeit in Kleingruppen als Begleitende und Begleitete
- Teilen der Erfahrungen und gemeinsame Reflexion

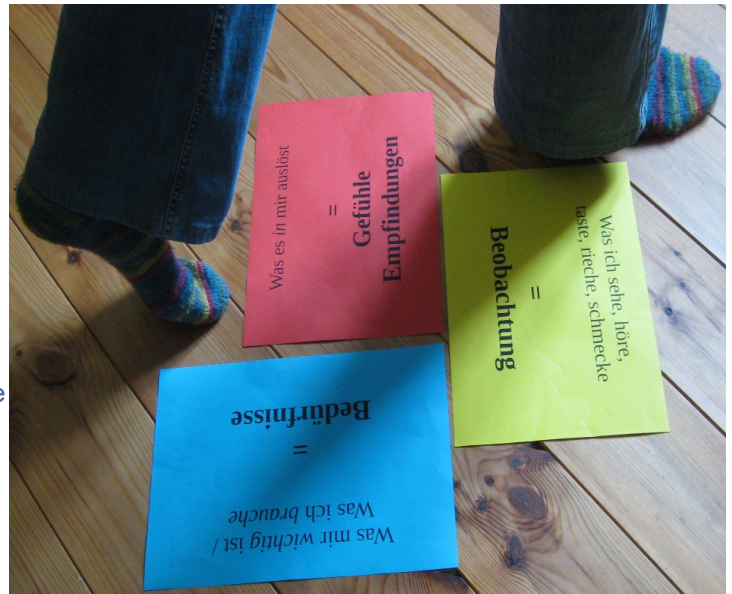
Zielgruppe

Menschen, die mit der Gewaltfreien Kommunikation vertraut sind und ein weiteres Werkzeug kennenlernen wollen. Coaches, die ihr lösungsfokussiertes Vorgehen vertiefen wollen

Termin: Donnerstag, **27.01.2022**, 17:00 Check In, 17:15 – 20:00 Online-Workshop

Seminarkosten: 40,00 €, Teilnehmenden-Zahl: 4 – 12

Anmeldung: <https://www.liw-ev.de/detailev/&event=4374>. Vor Beginn erhältst du einen Zugangslink per Mail.



Weiterer Termin: **13.06.2022**