

Teilnahmezertifikat

hat das Online-Seminar »Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation (GFK)«
mit AI Weckert erfolgreich absolviert.

Folgende Inhalte wurden behandelt:

- die vier Schritte der GFK:
 - wertfreie Beobachtung statt Interpretation
 - Gefühlsäußerungen ohne Schuldzuweisung
 - Bedürfnisse erkennen und benennen
 - klare und konkrete Bitten aussprechen
- ein Vokabular für Gefühle und Bedürfnisse
- Selbstempathie mit den GFK EASYSTEPS®
- empathische Präsenz: Aktives Zuhören
- Feedback geben, ohne zu verletzen

Der/die Teilnehmer*in hat mit Übungen den Transfer in ihren (Berufs-)Alltag
bewältigt.

Paderborn, den _____



AI Weckert