

Wer kennt sie nicht: Momente, in denen Ärger wie ein innerer Sturm aufzieht. Vielleicht, weil Absprachen nicht eingehalten oder Erwartungen enttäuscht wurden. Die Versuchung, den Ärger einfach herauszulassen, ist groß – doch oft ist das nicht die beste Lösung für ein harmonisches Miteinander. Aber wie wäre es, wenn es einen Weg gäbe, diesen Ärger in etwas Positives umzuwandeln? In unserem **Vertiefungsseminar zur Gewaltfreien Kommunikation** lernen Sie, Ihren Ärger nicht nur zu verstehen, sondern ihn auch in konstruktive Handlungen zu transformieren, die Ihnen und Ihrer Umgebung guttun.

Der Schwerpunkt liegt auf dem Prozess der Ärger-Transformation. Sie entdecken:

- Wie Sie Auslöser von den tieferliegenden Ursachen unterscheiden,
- welche Bedürfnisse hinter Ihrem Ärger stehen,
- und wie Sie Ihren Ärger klar und lebensdienlich ausdrücken können.

Erleben Sie, wie aus Ärger ein Motor für Klarheit, Verständnis und neue Handlungsmöglichkeiten wird – für ein wertschätzendes und authentisches Miteinander.

Voraussetzung: Die Teilnahme setzt Grundkenntnisse in Gewaltfreier Kommunikation voraus, die idealerweise in einem mindestens 2-tägigen Einführungsseminar erworben wurden.

Lassen Sie sich inspirieren und nutzen Sie die Kraft Ihrer Emotionen bewusst und konstruktiv!

Die Veranstaltung findet in Kooperation von Schulreferat, Frauenreferat und der kath. Lehrendenfortbildung statt.

Leitung: Hanna Sauter-Diesing
Katrin Meinhard, Frauenreferentin
Dr. Kirsten Josowitz, kath. Regionalbeauftragte

Referentin: Melanie Bieber,
Trainerin des Fachverbandes für Gewaltfreie Kommunikation

- Termin:** Freitag, 28. März 2025
- Zeit:** 9:30 – 16:45 Uhr
- Ort:** Haus der Referate,
Seyffardtstraße 76, 47805 Krefeld
- Zielgruppe:** Lehrer:innen, Sozialpädagog:innen und
Sozialarbeiter:innen an Schulen,
Haupt- und Ehrenamtliche in der Gemeindearbeit
- Hinweise:** Mindestens 6 und maximal 12 Personen
Kostenbeteiligung 80,00 Euro
- Anmeldung:** **möglichst umgehend,**
spätestens bis zum 20. März 2025
schulreferate@evkkv.de
unter Angabe der Schule und Anschrift