

Frau  
Sabine Dalitz  
Unterm Haane 16  
  
59581 Warstein

Closewitzer Str. 37  
D-07743 Jena

Dunlopstraße 9  
D-33609 Bielefeld

Fon: 03641 / 822911  
Fon: 05205 / 7290525

www.wandeltage.de  
team@erfolgsschritte.de

Verantwortlicher Veranstalter:  
Hartke Unternehmensentwicklung GmbH  
Amtsgericht Bielefeld HRB 40222

## Teilnahme-Zertifikat

Frau **Sabine Dalitz** hat teilgenommen am Jahrestraining

## Wandel-Tage 2021-2023

Eine Jahresausbildung in Gewaltfreier Kommunikation nach Dr. Marshall Rosenberg.  
Die Ausbildung umfasste 18 (6x 3) Tage im Zeitraum vom 18.06.2021–05.02.2023.

### Die Modulinhalte waren

#### Modul I - Vertiefung der Grundlagen

- Das Menschenbild der Humanistischen Ethik
- GFK im hirnpfysiologischen Zusammenhang
- Die Grundannahmen des Modells
- Vertiefende Anwendung der vier Schritte
- Verantwortung für sich selbst übernehmen
- Die vier Arten des Zuhörens
- Entstehung und Abbau von Feindbildern

#### Modul II – Selbstempathie – Der Weg zum Selbst

- Unterscheidung von Empathie und Sympathie
- Gefühle und Bedürfnisse als Weg zum Selbst
- Entstehung von Wut, Schuld und Scham und deren kraftvolle Transformation
- Innere Konflikte als Entwicklungs-Chance
- Gespräche mit dem inneren Team

#### Modul III - Empathie – Der Weg zum Gegenüber

- Umgang mit einem „Nein“ (sagen und hören)
- Wertschätzend und authentisch unterbrechen
- Urteile, Kritik, Vorwürfe übersetzen lernen
- Auf Ärger und Wut reagieren lernen
- Hinter Forderungen Bedürfnisse und Bitten erkennen können
- Den Einstieg in ein Gespräch vorbereiten
- Dialoge zu einer gemeinsamen Lösung führen

#### Modul IV - Persönliche Entwicklung und die Ausrichtung auf den eigenen Weg

- Die Balance von Geben und Nehmen
- Hinderliche Glaubenssätze verwandeln lernen
- Rückgewinnung der Autonomie – selbstbewusst in allen Situationen
- Empathisches Bedauern und Begleiten

#### Modul V – Gewaltfreie Kommunikation im Beruf

- GFK in Organisationen und Unternehmen
- Erfolgreich und fair verhandeln
- Gewaltfreie Kommunikation in Entscheidungsprozessen nutzen
- Konsensentscheidungen herbeiführen lernen
- Teamgespräche beeinflussen und führen

#### Modul VI - Sozialer Wandel – Visionen leben

- Auseinandersetzung mit dem Thema Sozialer Wandel und den eigenen Visionen
- GFK im Kontext von Coaching
- GFK im Kontext von Mediation
- Gespräche zum sozialen Wandel führen
- Das Leben feiern – Dankbarkeit

Zertifiziert vom



CNVC  
Center for Nonviolent  
Communication

Δ



BDVT  
Bundesverband der  
Trainer, Berater und  
Coaches

Δ

DVCT  
Deutscher Verband für  
Coaching und Training

Δ

Forum  
Werteorientierung in  
der Weiterbildung e.V.

Die Teilnehmenden haben das Modell der Gewaltfreien Kommunikation in der Theorie vertieft, anhand praktischer Übungen trainiert und Sie sind in der Lage, das Modell im Alltag und im Beruf anzuwenden.

05. Februar 2023

*A. Palitz*

Anja Palitz

&

*Olaf Hartke*

Olaf Hartke