

1.	<b>Modul</b>	pbb030
2.	<b>Modulbezeichnung</b>	Trainingsseminar: Gewaltfreie Kommunikation lernen und anwenden
3.	<b>Modulverantwortliche/r</b>	Koordination Profilierungsbereich (organisatorische Modulverantwortung)
4.	<b>Lehrende/r</b>	David Ginati M.A.
5.	<p><b>Kompetenzen</b></p> <p><b>„Wissen und Verstehen“</b></p> <p><b>„Können“</b></p>	<p><u>Nach Abschluss des Moduls verfügen die Studierenden über die Fähigkeit:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zu erkennen, wie unsere Bewertungen unsere Wahrnehmung und unser Handeln beeinflussen,</li> <li>• zu erkennen, dass Schuld, Scham oder Angst sich destruktiv auf unseren Umgang miteinander auswirken,</li> <li>• Alternativen zu Strafe und Belohnung zu finden,</li> <li>• eine Sprache der Verständigung zu sprechen, besonders, wenn wir nicht einverstanden sind,</li> <li>• das „Ja“ hinter einem „Nein“ zu erkennen (Umgang mit Widerstand),</li> <li>• zu erkennen, dass wir immer eine Wahl haben (Übernahme von Verantwortung),</li> <li>• hinter dem (störenden) Verhalten von anderen Gefühle und Bedürfnisse zu erkennen,</li> <li>• Kritik als ein Geschenk zu verstehen und anzunehmen,</li> <li>• Konflikte als Chance für eine Vertiefung von Beziehungen zu sehen &amp; nutzen.</li> </ul> <p><u>Die Studierenden können:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachtung und Wertung trennen,</li> <li>• eigene Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche erkennen und klar mitteilen,</li> <li>• Ärger als Hinweis auf eigene unerfüllte Bedürfnisse erkennen,</li> <li>• die Verhaltensweisen der anderen als Ausdruck von (erfüllten oder unerfüllten) Bedürfnissen verstehen,</li> <li>• dem anderen einfühlsam zuhören ohne zu bewerten,</li> <li>• auf dieser Basis Strategien und Lösungen entwickeln, die uns und den anderen dienlich sind.</li> </ul>
6.	<b>Inhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewusstwerdung eigener destruktiver Kommunikationsmuster</li> <li>• Modell, Grundhaltung und Menschenbild der GFK</li> <li>• 4 Grundschritte der GFK durch Übungen im Plenum, in Paaren sowie die Bearbeitung herausfordernder Situationen aus eigenem (privaten und/oder Berufs-)Leben kennenlernen und verinnerlichen.</li> </ul>

## Modulbeschreibung: Bachelorebene

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Anwendung der GFK für den authentischen Selbstaussdruck sowie zur empathischen Aufnahme meines Gegenüber</li> </ul> <p>4-Ohren-Modell der GFK</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Weitere Themen nach Wunsch der Gruppe, z. B. Umgang mit „Fehlern“ (Kritik/Selbstkritik); Heilsamer Umgang mit Schuld &amp; Scham; „Nein“ sagen/empfangen und Verbindung halten; Transformation von Ärger („Was deine Wut Dir sagen will), Beschützende Anwendung von Macht, etc.</li> </ul>
7.	<b>Ausgewählte Literatur</b>	<p><b>Marshall B. Rosenberg:</b> Gewaltfreie Kommunikation. Aufrichtig und einfühlsam miteinander sprechen. Paderborn 2001.  Ders.: Konflikte lösen durch Gewaltfreie Kommunikation. Ein Gespräch mit Gabriele Seils. Freiburg 2007 (9. Aufl.).  Ders.: Das Herz gesellschaftlicher Veränderung. Wie Sie Ihre Welt entscheidend umgestalten können. GFK: Die Ideen &amp; ihre Anwendung. Paderborn 2016.  Ders.: Wie ich dich lieben kann, wenn ich mich selbst liebe. Ein praktischer Ratgeber zu einer neuen Art von Beziehungen. Paderborn 2015.  Ders.: Kinder einfühlsam ins Leben begleiten. Elternschaft im Licht der GFK. Paderborn 2015.  Ders.: Lebendige Spiritualität. Gedanken über die spirituellen Grundlagen der GFK. Paderborn 2015.  Ders.: Das können wir klären! Wie man Konflikte friedlich und wirksam lösen kann. GFK: Die Ideen &amp; ihre Anwendung. Paderborn 2013.</p> <p><b>Al Weckert:</b> Gewaltfreie Kommunikation für Dummies. Weinheim 2014.</p> <p><b>Gerlinde Ruth Fritsch:</b> Praktische Selbstempathie. Paderborn 2012 (4.Aufl.)</p> <p><b>Gottfried Orth / Hilde Fritz:</b> Gewaltfreie Kommunikation in der Schule. Paderborn 2013.  Ders.: Bitten statt fordern – Ein Schulentwicklungsprojekt. Paderborn 2014.</p>
8.	<b>Lehrveranstaltungen (SWS)</b>	pbb030 Trainingsseminar: Gewaltfreie Kommunikation lernen und anwenden (SE) (4 SWS)
9.	<b>Zugangsvoraussetzungen</b> <i>gemäß Prüfungsordnung</i>	keine
10.	<b>Empfohlene Vorkenntnisse</b>	keine
11.	<b>Angebotsturnus</b>	halbjährlich
12.	<b>Semesterlage (je ein WiSe/SoSe)/ empfohlenes Fachsemester</b>	WiSe/SoSe
13.	<b>Modulprüfung</b> <i>gemäß Prüfungsordnung</i>	Portfolio (unbenotet)

## Modulbeschreibung: Bachelorebene

---

14.	<b>Arbeitsaufwand</b>	Kontaktstudium: 56	Arbeitsstunden insgesamt: 150
		Selbststudium: 94	Credit Points: 5
15.	<b>Verwendbarkeit des Moduls</b>	Profilierungsbereich Bachelor	
16.	<b>Sonstige Anmerkungen</b> <sup>1</sup> (z. B. Anmeldeformalitäten, max. Teilnehmer/innen-Zahl)	Aufgrund methodischer Erfordernisse wird bei der ZSK eine maximale Teilnehmerzahl von 20 Personen beantragt.  Gemäß § 3 Absatz 3 der Prüfungsordnung des Profilierungsbereichs besteht kein Anspruch der Studierenden auf das Vorhalten bestimmter Angebote oder eine regelmäßige Wiederholung von Modulen.	

---

<sup>1</sup>