

Gewaltfreie Schule - Bausteine

Gewaltfreie Schule will da unterstützen wo es weh tut.
Sinnvoll und sparsam eingesetzt.

Vielleicht sind Sie Lehrkraft oder Leitung und möchten wissen wie sie in bestimmten Situationen handlungsfähig bleiben? Im **Einzel-Coaching** können wir schauen, was genau Sie brauchen.

Wie geht Gewaltfreie Kommunikation ? Die **GFK-Werkstatt** ist ein Ort das aus zu probieren.

Dieses Angebot gibt es für Erwachsene, für Jugendliche und für Kinder.

Oder wie wäre es, wenn Sie sich als Lehrkraft mit den SchülerInnen gemeinsam in die Rolle der Lernenden begeben?

Kinder und Jugendliche die Gewalt erlebt haben sind oft traumatisiert. Die **Trauma-Sprechstunde** bietet Zeit und Gelegenheit sich dem zu zuwenden.

Beispiele für Bausteine aus denen ein GFK- Training bestehen kann:

- 1 Gewaltfrei schreien in allen Lebenslagen
- 2 NEIN sagen und NEIN hören
- 3 Effektiv bitten
- 4 Gefühle und Bedürfnisse (erkunden)
- 5 Ärgern aber richtig (Ärger fühlen und vollständig ausdrücken)
- 6 Saft machen (aus einem Bedürfnis)
- 7 Ich sollte, sie müsste ... - Urteile fischen
- 8 Gewaltfrei wertschätzen: danken statt loben
- 9 Bedürfnisse und Strategien sicher unterscheiden
- 10 Noch mal unterscheiden: Was geschieht und was ich dabei denke
- 11 Betrauern und feiern
- 12 Red doch bitte normal! (GFK im echten Leben)
- 13 Kreative Lösungen in Konflikten
- 14 Schnelle Hilfe: Wer ist zuerst dran ?

Spezial: Standfest bei Gewalt