

# GFK-Trainerausbildung und Jahrestraining

Mit Christian Rüther

[www.gfk-training.com](http://www.gfk-training.com)

## Wozu?

- Selbsterkenntnis: Das Vier-Schritte-Modell sowie das Innere Team als Hilfen für innere Klarheit
- Empathie: Dem Anderen wertschätzend zuhören, die „gute Absicht“ hinter Vorwürfen und Wolfsnachrichten hören
- Konstruktive Konfliktklärung: Wie Lösungen finden, die für alle passen? = „Beziehungsarbeit“, Tanz zwischen Echtsein und Empathie
- Intensive Beschäftigung mit der GFK über ein Jahr hinweg mit dem Ziel der Internalisierung des Vier-Schritte-Modells und der Anwendungsabläufe
- In die Haltung der GFK hineinwachsen
- Vielfältige Anwendungsmöglichkeiten kennenlernen
- Eine Gemeinschaft von Gleichgesinnten finden, die auch auf dem Weg sind und sich gegenseitig unterstützen
- In die Rolle des Trainers schlüpfen, weil Lehren das Lernen stärkt

# Aufbau + Organisatorisches

- Keine Vorkenntnisse notwendig, aber möglich/erwünscht – jeder kann sich entsprechend seiner Vorkenntnisse einbringen
- Acht Module: Freitag + Samstag 9-17 Uhr, Sonntag 9-13 Uhr
- Sechs Module: Inhaltliche Arbeit mit der GFK – Training und Selbsterfahrung
- Zwei Module: Methodik und Didaktik = selbst 30-45 ` Einheit leiten und Feedback erhalten
- Zwischen den Modulen: freiwillige Peer-Gruppen, virtuelle Meetings per Zoom/Skype möglich, Whatsapp/Signal-Gruppe
- Ohne Methodik + Didaktik = Jahrestraining
- Dropbox mit Unterlagen, umfassendes Skript
- Ort: Seminarzentrum Hofgarten, Halbgasse 27/2, 1070 Wien

## Aufbau Trainerausbildung

Frühjahr: Ende März bis Anfang Juli

GFK-Modul

GFK-Modul

GFK-Modul

Didaktik

Peer-Gruppen nach Wahl, persönlich oder via Zoom/Skype

Herbst: Ende September bis Anfang Dezember

GFK-Modul

GFK-Modul

GFK-Modul

Didaktik

Peer-Gruppen nach Wahl, persönlich oder via Zoom/Skype

# Aufbau Jahrestraining

Frühjahr: Ende März bis Ende Juni

GFK-Modul

GFK-Modul

GFK-Modul

Didaktik 

Peer-Gruppen nach Wahl, persönlich oder via Zoom/Skype

Herbst: Ende September bis Ende November

GFK-Modul

GFK-Modul

GFK-Modul

Didaktik 

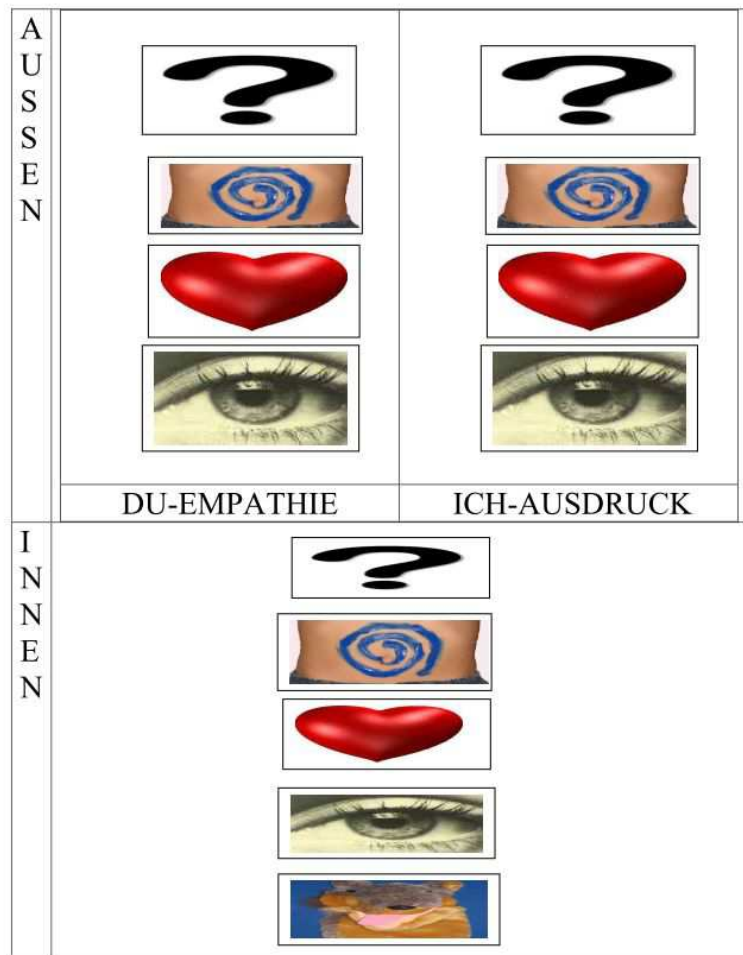
Peer-Gruppen nach Wahl, persönlich oder via Zoom/Skype

## Arbeitsweise

- Erstes Modul ist ein Einführungsseminar in GFK, alle weiteren Module verschiedene Vertiefungsthemen z.B.
  - Nein-Sagen/Selbstbehauptung
  - Inneres Team
  - KonsentT-Moderation (GFK in Gruppen)
- Haupt-Methode ist das GFK-Tanzparkett + Arbeiten an persönlichen Beispielen: Demo im Plenum und dann Üben im Kleingruppen
- Ich mag Wolf und Giraffe als Symbole/Puppen
- Einerseits „Training“, andererseits „Selbsterfahrung“, d.h. eigene Beispiele sollen GFK erfahrbar machen
- Begleiter-Rolle wird früh eingeübt: Empathie bei Selbstklärung, Gesprächsbegleiter bei Rollenspielen
- Trainer-Rolle wird praktisch geübt bei den Modulen M+D: Lehren fördert das Lernen ungemein (keine Methodik-Ausbildung)

# Der Wolfstanz

Quelle:  
Gina Lawrie/Bridget Belgrave:  
Das Tanzparkett  
<http://www.nvcdancefloors.com/index.html>



## Preise und Anmeldung

- Meistens ist das Training Ende Jänner ausgebucht
- Frühbucherrabatt: 10% bei Bezahlung zwei Monate vor Beginn des Trainings
- Preise abhängig vom Einkommen/Arbeitgeber, Sonderkonditionen möglich (es soll für alle passen!).

TN-Art	Preis pro Tag	Jahrestraining	Trainerausbildg
Ermäßigt (2 TN pro Jahr)	100 Euro	1.800 Euro	2.400 Euro
Privatzahler	150 Euro	2.700 Euro	3.600 Euro
Nonprofit-Unternehmen	200 Euro	3.600 Euro	4.800 Euro
Profit (mit UID) + Wohlhabende	300 Euro	5.400 Euro	7.200 Euro

- Elektronische Anmeldung: <https://www.gfk-training.com/seminare-gewaltfreie-kommunikation/anmeldung/>

# Schnuppern

- Schnupperabend, Wien = 50,-- Euro  
<https://www.gfk-training.com/termine-gewaltfreie-kommunikation/>
- Schnupper-Einzeltraining, Wien/Zoom = 50,-- €
- Mittagessen/Kaffee = Einladung
- Infogespräch, Telefon/Zoom = 30 Min = Gratis
- Youtubes anschauen:  
[https://www.youtube.com/watch?v=uwj\\_qjNpQ78&list=PLOUKFC3sVQTKLmb87NzK9mXd8mdpppk-j](https://www.youtube.com/watch?v=uwj_qjNpQ78&list=PLOUKFC3sVQTKLmb87NzK9mXd8mdpppk-j)

## Über mich

- Christian Rüther
- Exil-Piefke und BVB-Fan
- Professioneller Weltverbesserer
- Schwerpunkte: GFK und Soziokratie/  
agile Selbstorganisation
- Freier Wissensverteiler: Skripte & Youtubes
- Christ ohne Konfession, freier Mitarbeiter Gottes
- Mag gewaltvolle Serien: Hannibal, Banshee, Dexter
- GFK-Referenzen:  
<https://www.gfk-training.com/referenzen/>
- Inhouse-Referenzen:  
<http://www.christianruether.com/referenzen/>
- Mehr über mich:  
<http://www.christianruether.com/ueber-mich/>



# Weiterer Weg als GFK-Trainer

- Freier GFK-Trainer mit Angebot auf einem regionalen/überregionalen Portal:  
[www.gewaltfrei.at](http://www.gewaltfrei.at) oder [www.gewaltfrei.de](http://www.gewaltfrei.de) oder [www.gfk-info.de](http://www.gfk-info.de)
- Zertifizierungsprozess des CNVC:  
<https://gfk-trainer-werden.de/>
- Anerkennungsprozess beim Fachverband GFK:  
<https://www.fachverband-gfk.org/>
- Nähere Infos zu den drei Wegen hier:  
<https://www.gfk-training.com/seminare-gewaltfreie-kommunikation/zertifizierung/>