

Bildung ist keine Vorbereitung auf das Leben.

Bildung ist das Leben selbst.

JOHN DEWEY

Wie wird Schule zu einem Ort ...

- wo es um *Schatzsuche* und nicht um Fehlerfahndung geht?
- wo *kooperative Lehr- und Lernbeziehungen* aufgebaut und kreativ gestaltet werden?
- wo die Fähigkeit zu *Selbstverantwortung* und *Selbstreflexion* entwickelt und gefördert wird?
- wo *wertschätzender Umgang* und *soziale Kompetenz* geübt werden?
- wo es eine *Kultur der Konfliktbewältigung* gibt, bei der innere Anliegen erkannt und gemeinsame Lösungswege gefunden werden, die für alle Beteiligten passen?
- wo verbale und physische *Gewalt* gesehen, verstanden, in ihre Grenzen verwiesen und verwandelt wird?
- wo junge Menschen *Bezug zum Mitmenschen* finden können statt in virtuelle Welten zu entfliehen?



VERSTÄNDNIS ... RÜCKSICHTNAHME
HILFSBEREITSCHAFT ... ACHTSAMKEIT
(SELBST-)VERANTWORTUNG ... BEGEISTERUNG

© 01/2018

akademie-gewaltfrei-stuttgart.de

LebensWandel
Akademie



Ursula Grünewald-Bäumer

Nach dem Studium arbeitete ich über 20 Jahre als Klassenlehrerin an Waldorfschulen. Dort begleiteten mich über den Unterricht hinaus die Themen Lern- und Sozialverhalten, Bewältigung von Krisen und Konflikten sowohl in der Zusammenarbeit mit Schülern und Eltern wie auch als Mitglied des Schulleitungsteams.

Die Konfliktsituationen im Schulalltag motivierten mich, nach neuen Lösungsstrategien zu suchen. 2003 entdeckte ich die **Gewaltfreie Kommunikation**. Die Begegnungen mit Marshall B. Rosenberg, dem Begründer dieses Konzeptes, sowie zahlreiche weiterführende Kurse veränderten mein Leben.

Auf Basis meiner Ausbildungen

- zum **Coach für Persönlichkeitsentfaltung**
- zur **Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation**
- zur **empathischen Mediatorin**

biete ich Beratungsgespräche, Workshops, Vorträge und Mediationen an.

Akademie **LebensWandel**

Claude-Dornier-Straße 4
73760 Ostfildern

Telefon 0711/57 64 91 58
gruenewald.ursula@googlemail.com

LebensWandel

Akademie

für
Gewaltfreie Kommunikation ...
Individuelle Entfaltung ...
Empathisches Miteinander ...

Ursula Grünewald-Bäumer



Schule heute

Miteinander
menschliches Potenzial
entfalten



Worte können wie Fenster oder wie Mauern sein:
Was ich in meinem Leben will, ist Einfühlsamkeit,
ein Fluss zwischen mir und anderen,
der auf gegenseitigem Geben von Herzen beruht.

MARSHALL B. ROSENBERG

Gewaltfreie Kommunikation ...

Die von Marshall B. Rosenberg entwickelte *Gewaltfreie* oder *wertschätzende Kommunikation* hilft uns, eine empathische innere Haltung einzunehmen, aus der heraus wir...

- *Verbindung, Offenheit und Vertrauen* im Umgang miteinander *schaffen* können.
- auch unter Stress, in Konflikten oder Schwierigkeiten *verstehen und ausdrücken* können, *worum es uns selbst und dem Anderen eigentlich geht*.
- *die inneren Anliegen wahrnehmen* können, die den Kern von Kritik, Vorwürfen, Verurteilungen oder Forderungen bilden.
- in schwierigen Situationen *Lösungen finden*, die für alle passen.
- *erkennen und sagen* können, *was uns selbst und andere bewegt* und damit die Wahrscheinlichkeit erhöhen, dass wir tatsächlich bekommen, was wir brauchen.



SICHERHEIT ... AUFRICHTIGKEIT
EMPATHIE ... PRÄSENZ
KOOPERATION ... AUTHENTIZITÄT

Erziehung ist Beziehung. Mensch werden heißt:
Beziehung aufnehmen. Heranwachsende Menschen
wollen sich am Menschen orientieren. Ohne Beziehungen,
ohne Austausch und ohne Begegnung ginge fast nichts.

DANIEL WIRZ

Lernen mit Vertrauen und Begeisterung ...

Nur wenn es gelingt, Menschen zu begeistern und vertrauensvolle Beziehungen mit ihnen aufzubauen, kann *erfolgreich gelehrt und gelernt* werden.

Die moderne (Gehirn-)Forschung belegt, wie unabdingbar wichtig *vertrauensvolle menschliche Beziehungen, Begeisterung und Sinnhaftigkeit* für eine gesunde Persönlichkeitsentwicklung und für jede Art von Lehren und Lernen sind.

Die Grundlage für den Aufbau jeder zwischenmenschlichen Beziehung sind Empathie und Wertschätzung.



Bildnachweise fotolia.com:
Jungs: Marcel Mooij Huckepack: godfer
Mädchen mit Zöpfen: Gennadiy Poznyakov
Hände: Tanja Lehrer mit Schülern:
Alexander Rath's Schreibendes Mädchen:
Africa Studio



ZUGEHÖRIGKEIT ... GEMEINSCHAFTS
INITIATIVE ... INDIVIDUALITÄT
FREUNDLICHKEIT ... VERLÄSSLICHKEIT

Die Welt, in der wir leben,
entsteht aus der *Qualität unserer Beziehungen*.

MARTIN BUBER

Brennen oder Ausbrennen ...

Unser heutiges Leben erfordert *Beweglichkeit* und die *Bereitschaft* zu Veränderung und Entwicklung.

Wie gelingt es, in der wachsenden Flut von Aufgaben und Herausforderungen sowie im zunehmenden Zeitdruck...

- eine *innere Balance* zwischen meinen Möglichkeiten und den an mich gestellten Erwartungen zu finden und zu halten?
- meine *Freude und Energie* für meine Arbeit zu erhalten?
- *Grenzen* zu setzen, Grenzen zu wahren und Verantwortlichkeiten zu klären ohne zu verletzen?
- in *Selbstverantwortung* eigene Freiräume zu schaffen?
- *gesund* zu bleiben?
- gewohnte Denkweisen und Reaktionsmuster zu verändern, um neue Handlungsspielräume zu erschließen?

(Selbst-)Empathie ist eine höchst wirkungsvolle Quelle, aus der wir die Kraft für eine gelingende Beziehung mit uns selbst und anderen schöpfen können.

PRÄGUNG ... VERHALTENSUSTER
HEILUNG VON INNEREN VERLETZUNGEN
AUTONOMIE ... LEBENSFREUDE