



Fortbildungsangebot

in Gewaltfreier Kommunikation

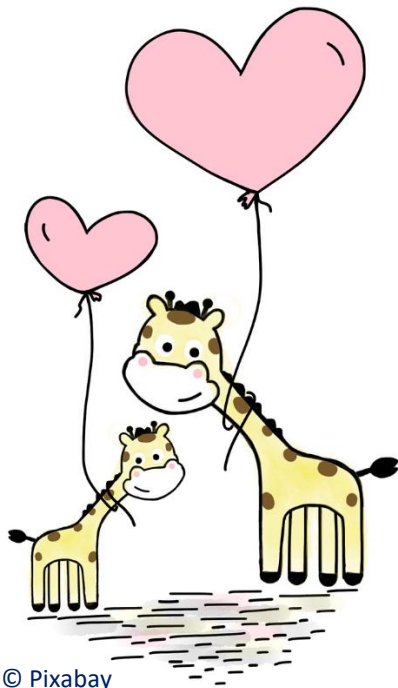


LYDIA WIMMER MSC E.U.

Psychologin, Kommunikationstrainerin, Seminarleiterin

Kirchbichlweg 20/2, A-5162 Obertrum am See
wirbauenbruecken@gmail.com, +43 677 61738801

Warum Gewaltfreie Kommunikation (GFK)?



© Pixabay

GFK bringt Ruhe in den Alltag –
weil sie Kooperation fördert, statt Machtkämpfe.

Das Schöne an der GFK ist, dass sie ein **erlernbarer** Weg ist – und somit für jede und jeden begehbar. Sie bringt die Essenz dessen auf den Punkt, worauf es im täglichen Miteinander wirklich ankommt.

Die GFK zeigt uns, wie wir

- einfühlsam hören und verstehen, was unser Gegenüber fühlt und braucht,
- klar erkennen und ausdrücken, worum es uns selbst wirklich geht,
- und wie wir so **Verbindung auf Augenhöhe** fördern können.

Ihre klare Grundstruktur schafft **Orientierung und Sicherheit** – gerade in herausfordernden Situationen. Konkret kann die GFK eingesetzt werden, um Kinder in Konflikten wirksam zu begleiten, **Elterngespräche** empathisch und professionell zu führen und eine klare und effiziente **Teamkommunikation** zu gestalten.

So erschaffst Du bewusst ein Klima, das von Kooperation und Miteinander geprägt ist, statt in Machtkämpfe zu geraten. Für Dich als Pädagog*in bedeutet das, **achtsam mit Deinen Ressourcen** zu haushalten und gut auf Dich selbst zu schauen. Die Kinder erleben zugleich, dass ihre Gefühle zählen und dass sie selbst wichtig sind.

Die GFK im Kindergartenalltag anzuwenden, kann insgesamt als **aktiv gelebter Kinderschutz** gesehen werden. Denn der beginnt im täglichen Miteinander, in Sprache, Haltung und Beziehung. Durch Kontakt von Herz zu Herz.





Workshop-Übersicht.



Von Herz zu Herz.

Einführung in die gewaltfreie Kommunikation mit Kindern. 3

Projekt Giraffentraum.

Als Team die Gewaltfreie Kommunikation im Kindergarten etablieren. 4

Richter oder Pädagoge? Mediation mit Kindern. 6

Mach's Dir leicht. Indem Du die Kraft Deiner Gefühle nutzt. 7

Mut zur Wut. 8

Kinder bei Krampusangst begleiten.

Wege zu mehr Selbstwirksamkeit. 9

Wenn kindliches Verhalten herausfordert: strukturierte Reflektion. 10

Elterngespräche kompetent führen. 11

Wertschätzung, die ankommt.

Praktische Tools aus der Gewaltfreie Kommunikation zur Stärkung von Beziehungen. 12

Mit mir verbunden: Selbstempathie als zentrale Kompetenz in der Pädagogik. 13

Verbindung beginnt innen.

Wie die innere Ausrichtung pädagogisches Handeln stärkt. 14

Teilnehmerstimmen 15

Eure Referentin 16





Von Herz zu Herz.

Einführung in die gewaltfreie Kommunikation mit Kindern.



Das Miteinander in Deiner Kindergartengruppe oder Klasse liegt Dir am Herzen. Du möchtest bewusst eine Atmosphäre schaffen, in der gegenseitiger Respekt, Wohlwollen und Vertrauen spürbar sind – zum Wohle der Kinder und, um Deine eigenen Ressourcen zielgerichtet einzusetzen.

Im Alltag kommt es leider doch zu Konflikten, bei in denen viel gesprochen wird, aber wenig darüber, was wir selbst und unser Gegenüber in diesem Moment wirklich brauchen.

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall Rosenberg zeigt einen Weg, wie wir Beziehungen – auch in Konfliktsituationen – bewusst stärken können. Sie macht deutlich, wie der Austausch über Beobachtungen, Gefühle, Bedürfnisse und Bitten Verbindung auf Augenhöhe ermöglicht. Diese klare Struktur bietet Orientierung und Sicherheit – was besonders bei hochkochenden Gefühlen wertvoll ist.

Angelehnt an sein Paradigma, wird Dir ein Werkzeugkasten an die Hand gegeben mit Tools, wie Du die Beziehung zu Kindern und zu Dir selbst stärkst und wie Du Konflikte konstruktiv begleitest, statt in Machtkämpfen unnötig Energie zu verlieren. Es geht also darum, dass Du konkrete, praxistaugliche Wege, kennenlernenst, wie Du den Alltag herzlich begehen kannst. Ganz nach dem Motto
„Wenn wir unseren Kindern vorleben, wie sie für sich sorgen, ohne andere zu verletzen, lernen sie alles, was sie zum Leben brauchen.“

Inhalte

- Die 4 Schritte der Gewaltfreien Kommunikation – Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis, Bitte
- Verschiedene Anwendungsmöglichkeiten, u.A. eine niederschwellige Methode zum Begleiten von Konflikten zwischen Kindern

Ziele

- Sprachmuster, die im Umgang miteinander hinderlich sind, erkennen und Alternativen finden
- Einfühlsam hören und verstehen, was das Gegenüber fühlt und braucht
- Erkennen, worum es mir tatsächlich geht und das klar benennen
- Kinder sicher um Umgang mit Konflikten begleiten können
- Erweiterung Deiner personalen sowie fachlichen Kompetenz im Einklang mit dem Bildungsrahmenplan, um Kinder optimal in Ihrer Entwicklung unterstützen zu können

Leistungen

- Wissenschaftlich fundierter, theoretischer Input
- Austausch und Übungen in Paaren und Kleingruppen
- Selbstreflektion und praktisches Erfahren der Inhalte anhand von gehirngerechten Übungen
- Schriftliches Begleitmaterial mit den gesammelten Inhalten des Seminars

Zeitraumen

- 8h, inkl. Pausen

Wert

- Regulär: €960,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)
- Vergünstigt *während* des Zertifizierungsprozesses zum „Gesunden KiGA/VS“ über AVOS: €720,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)

Anmerkungen

- Vor Ort
- Zielgruppe: Elementarpädagog*innen, pädagogische Zusatzkräfte, Volksschul-Pädagog*innen
- Werden Kenntnisse in Gewaltfreien Kommunikation vorausgesetzt? Nein
- Theorie: 50%, Praxis: 50%



Projekt Giraffentraum.

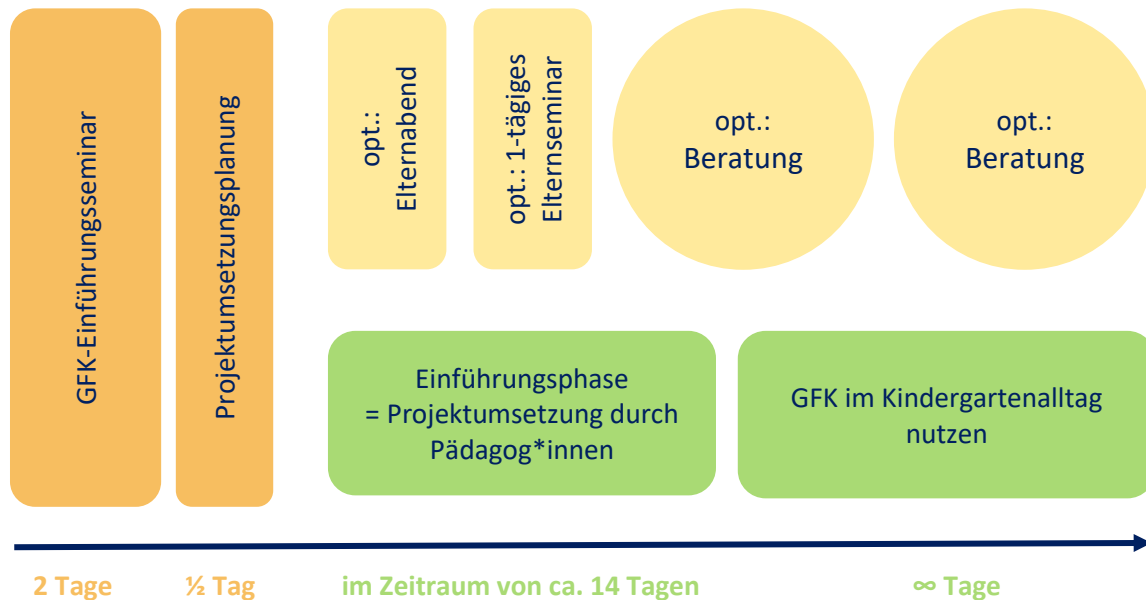
Als Team die Gewaltfreie Kommunikation im Kindergarten etablieren.

Wünschst Du Dir, im Kindergarten eine Atmosphäre des gegenseitigen Respekts, des Miteinanders und des Vertrauens zu schaffen? Möchtest Du diese Vision in Deiner Einrichtung lebendig werden lassen?



Dann ist das **Projekt Giraffentraum** genau das Richtige für Euch. Als Team erhaltet ihr eine Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation (GFK), und ich stelle Euch einen klaren Ablauf vor, mit dem Ihr die GFK selbständig Schritt für Schritt und kindgerecht einführen könnt. Der rote Faden dabei ist die Geschichte „Giraffentraum“: eine Babygiraffe taucht plötzlich im Kindergarten auf. Mit ihr lernen die Kinder spielerisch die Grundelemente der GFK kennen. Diese Einführung umfasst etwa fünf Morgenkreise, die über circa zwei Wochen verteilt umgesetzt werden können. Sobald die Kinder mit der GFK vertraut sind, steht sie Euch im täglichen Miteinander als Werkzeug zur Verfügung. Das Projekt ist seit 2007 umfassend praktisch erprobt und hat sich inzwischen zur vermutlich größten Initiative im deutschsprachigen Raum entwickelt, die GFK in Kindergärten lebendig werden zu lassen. Mit mir habt Ihr eine von den Projektbegründern, Gundi und Frank Gaschler, ausgebildete Multiplikatorin an Eurer Seite.

Projekttablauf



Nach dem **Teamseminar** zu den Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation entwickeln wir gemeinsam eine stimmige **Projektplanung** zur Einführung der GFK in Deiner Einrichtung. Danach habt ihr einen konkreten Fahrplan in der Hand, wie ihr **die GFK selbständig in den einzelnen Kindergruppen einführen** könnt.

Darüber hinaus unterstütze ich gerne optional in der Elternarbeit - durch einen gemeinsam gestalteten **Elternabend** und/oder ein **GFK-Elternseminar**. Dies macht zum einen Eure





hochqualitative Arbeit nach außen sichtbar und bietet zum anderen den Eltern die Möglichkeit, am Projekt teilzuhaben. Auf Wunsch unterstütze ich Euch außerdem bei aufkommenden Fragen in Form von **begleitenden Beratungen** (= Fallsupervision). Diese drei Elemente sind optional und können zusätzlich gebucht werden.



Inhalte des Einführungsseminars

- Grundlagen der GFK: die „4 Schritte“ – Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis, Bitte
- Verschiedene Anwendungsmöglichkeiten im Kindergartenalltag, u. A. wie die Empathie zum Entschärfen von hochemotionalen Situationen genutzt werden kann, eine niederschwellige Methode zum Begleiten von Konflikten zwischen Kindern
- Kindgerechte, praxistaugliche Übungen, mittels derer das Projekt Schritt für Schritt im Kindergarten eingeführt werden kann

Ziele

- Grundlagen der GFK und ihrer Anwendungsmöglichkeiten verstehen
- Ein Rahmenprogramm kennenlernen, mittels dessen Ihr die GFK in Eurem Kindergarten einführen könnt
- Diesen Rahmen mit meiner Begleitung an Eure Bedürfnisse anpassen, um dann einen konkreten Leitfaden für Eure Institution in Händen zu halten
- Erweiterung der individuellen personalen sowie fachlichen Kompetenz im Einklang mit dem Bildungsrahmenplan, um Kinder optimal in Ihrer Entwicklung unterstützen zu können

Leistungen

- Wissenschaftlich fundierter, theoretischer Input
- Austausch und Übungen in Paaren und Kleingruppen
- Selbstreflektion und praktisches Erfahren der Inhalte anhand von gehirngerechten Übungen
- Schriftliches Begleitmaterial mit den gesammelten Inhalten des Seminars

Zeitraumen

- Einführungsseminar: 2 Tage (2x8=16h, inkl. Pausen)
- Projektplanung: ½ Tag (=4h, inkl. Pausen)

Wert

- Paketpreis für Einführungsseminar + Projektplanung: €990,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)
- das Paket kann um folgende Optionen erweitert werden: gemeinsam gehaltener Elternabend, Elternseminar und/oder begleitende Beratungen - dafür fallen Zusatzkosten an (1h = 120€, inkl. Steuern und Gebühren)

Anmerkungen

- Einsatzbereich: Elementarpädagogik
- Einführungsseminar + Projektplanung: vor Ort, optionale Erweiterungen: vor Ort oder online
- Werden Kenntnisse in Gewaltfreien Kommunikation vorausgesetzt? Nein
- Begleitliteratur: „Ich will verstehen, was du wirklich brauchst“ von Frank und Gundi Gaschler (ISBN: 978-3-466-31136-1)
- Material: zur Projektumsetzung braucht es lediglich eine Baby- und eine Mama-Plüsch-Giraffe





Richter oder Pädagoge? Mediation mit Kindern.



Max hat Paula den Ball weggenommen. Paula hat Max beschimpft. Max hat Paula gehauen. Paula hat Max geschubst. Max blutet jetzt am Knie. Wer hat angefangen? Wer hat Schuld? Wer ist Täter? Wer ist Opfer? Wer verdient welche Strafe?

All diese Fragen dürfen sich Richter stellen. Als Pädagogin interessieren mich diese Fragen nicht, denn sie verhärten einen Konflikt eher als zu einer für alle befriedigenden Lösung beizutragen.

Spannender finde ich, wie Kinder dabei unterstützt werden können, derartige Konflikte selbst zu klären, bevor sie eskalieren. Lerne hier ein praktisch erprobtes Verfahren kennen, wie Kinder mit Deiner Unterstützung Konflikte mediieren lernen können.

Inhalte

- Relevante theoretische Grundlagen der Mediation mit Kindern, angelehnt an das Paradigma der Gewaltfreien Kommunikation
- Juristische vs. pädagogische Grundhaltung
- Mediationen mit Kindern durchführen

Ziele

- Hintergründe der Methode verstehen und praktisch anwenden
- Erweiterung Deiner personalen sowie fachlichen Kompetenz im Einklang mit dem Bildungsrahmenplan, um Kinder optimal in Ihrer Entwicklung unterstützen zu können

Leistungen

- Wissenschaftlich fundierter, theoretischer Input
- Austausch und Übungen in Paaren und Kleingruppen
- Anschauliche Demonstration und Rollenspiele
- Schriftliches Begleitmaterial mit den gesammelten Inhalten des Seminars

Zeitraumen

- 8h, inkl. Pausen

Wert

- Regulär: €960,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)
- Vergünstigt *während* des Zertifizierungsprozesses zum „Gesunden KiGA/VS“ über AVOS: €720,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)

Anmerkungen

- Vor Ort
- Zielgruppe: Elementarpädagog*innen, pädagogische Zusatzkräfte, Volksschul-Pädagog*innen
- Geeignete Methode zur Anwendung mit Kindern ab 4 Jahren
- Vorkenntnisse: keine
- Theorie: 40%, Praxis: 60%





Mach's Dir leicht. Indem Du die Kraft Deiner Gefühle nutzt.

Deine Gefühle kommen Dir unkontrollierbar, lästig oder nutzlos vor? Oder sind es die Gefühle der anderen? Egal. Du möchtest jedenfalls die dadurch gebundene Lebensenergie freisetzen und zu Deinem und Eurem Besten nutzen.

Lerne Deine Gefühle besser zu verstehen und begib Dich mit mir auf eine Reise in ihre Welt. Lass' uns erkunden, welche wichtige Botschaft jede einzelne der Grundgefühle – Freude, Wut, Trauer, Angst und Scham – überbringt. Entscheide Dich für den Mut, ihrer Weisheit zu lauschen, und Du kannst gute Freunde in ihnen erkennen, die den Weg zu einem entspannteren Alltag weisen können. Für Dich und mit anderen.

Inhalte

- Was sind Gefühle? Was sind sie nicht?
- Wozu sind sie da?
- Was sagen uns die Grundgefühle Freude, Angst, Wut, Trauer und Scham?
- Wie nutze ich ihre Kraft?
- Was mache ich mit dem Erregungszustand, den Gefühle mitbringen, sodass es meinem Umfeld und mir gut damit geht?
- Wie nutze ich dieses Wissen? In Kontakt mit Kindern bzw. Jugendlichen? Für mich?

Ziele

- Die Kraft in jedem Grundgefühl erkennen
- Wege zum bewussten Kanalisieren und Nutzen der Gefühlskräfte kennenlernen
- Erweiterung Deiner personalen sowie fachlichen Kompetenz im Einklang mit dem Bildungsrahmenplan, um Kinder optimal in Ihrer Entwicklung unterstützen zu können

Leistungen

- Wissenschaftlich fundierter, theoretischer Input
- Austausch und Übungen in Paaren und Kleingruppen
- Selbstreflektion und praktisches Erfahren der Inhalte anhand von gehirngerechten Übungen
- Schriftliches Begleitmaterial mit den gesammelten Inhalten des Seminars

Zeitraumen

- 8h, inkl. Pausen

Wert

- Regulär: €960,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)
- Vergünstigt *während* des Zertifizierungsprozesses zum „Gesunden KiGA/VS“ über AVOS: €720,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)

Anmerkungen

- Vor Ort
- Zielgruppe: Elementarpädagog*innen, pädagogische Zusatzkräfte, Volksschul-Pädagog*innen
- Als Vertiefung des Gefühls-Bausteins der Gewaltfreien Kommunikation oder für sich stehend sinnvoll
- Vorkenntnisse: keine
- Theorie: 50%, Praxis: 50%





Mut zur Wut.



Im Workshop setzen wir uns praktisch mit der Emotionsregulation in Konfliktsituationen auseinander. Dabei legen wir unser Augenmerk verstärkt auf die Emotion Wut und wie ein konstruktiver Umgang damit aussehen kann. Also wie sowohl wir als Erwachsene unsere eigenen Gefühle regulieren, als auch Kinder durch Co-Regulation dabei unterstützen können. Mut hilft, sich und dem anderen zuzutrauen, unangenehme Spannungszustände im Körper bewusst zu kanalisieren und zu lenken. Wie das gelingen kann, wird anhand von Fallbeispielen aus der elementarpädagogischen Praxis der Teilnehmer*innen erarbeitet. So wird für die Botschaft, die die Wut überbringt, sensibilisiert und ein Fundus an Strategien zum Umgang mit ihrem hohen Erregungszustand erarbeitet.

Inhalte

- Was macht das Gefühl „Wut“ aus? (4 Aspekte von Gefühlen)
- Was ist die Funktion der Wut?
- Wie nutze ich ihre Kraft?
- Wie kann ich den körperlichen Erregungszustand lenken?

Ziele

- Den Wert des Gefühls „Wut“ erkennen
- Möglichkeiten zum bewussten Kanalisieren und Nutzen der Gefühlskraft kennenlernen
- Erweiterung Deiner personalen sowie fachlichen Kompetenz im Einklang mit dem Bildungsrahmenplan, um Kinder optimal in Ihrer Entwicklung unterstützen zu können

Leistungen

- Wissenschaftlich fundierter, theoretischer Input
- Austausch und Übungen in der Gruppen
- Selbstreflexion und praktisches Erfahren der Inhalte anhand von gehirngerechten Übungen
- Schriftliches Begleitmaterial mit den gesammelten Inhalten des Seminars

Zeitrahmen

- 4h, inkl. Pausen

Wert

- Regulär: €480,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)
- Vergünstigt *während* des Zertifizierungsprozesses zum „Gesunden KiGA/VS“ über AVOS: €360,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)

Anmerkungen

- Vor Ort
- Zielgruppe: Elementarpädagog*innen, pädagogische Zusatzkräfte, Volksschul-Pädagog*innen
- Als Vertiefung des Gefühls-Bausteins der Gewaltfreien Kommunikation oder für sich stehend sinnvoll
- Vorkenntnisse: keine
- Theorie: 50%, Praxis: 50%





Kinder bei Krampusangst begleiten.

Wege zu mehr Selbstwirksamkeit.



Gefühle wirken manchmal überwältigend – bei uns selbst ebenso wie bei Kindern –, doch sie sind niemals nutzlos: Sie tragen wichtige Botschaften in sich und bündeln Energie, die wir sinnvoll nutzen können. Die Krampus-Tradition kann in diesem Sinne zu einem wertvollen Lernfeld werden, in dem Kinder Selbstregulation, innere Stärke und Mut entwickeln.

In diesem Workshop erkunden wir die Bedeutung und Kraft der Angst als Basisemotion. Außerdem erfährst du, wie Du die Krampuszeit achtsam gestalten kannst. Du erhältst ein Paket aus praktischen Methoden an die Hand, die Kinder dabei unterstützen, ihre Erregung zu regulieren, sich als handlungsfähig zu erleben und Herausforderungen als bewältigbar zu erleben.

Wir arbeiten unter anderem mit der kindgerechten Geschichte „Wie der Nikolaus zum Krampus kam“, Übungen zur spielerischen Annäherung an die Krampus-Maske, sowie Bewegungs- und Rollenspielen. Gleichzeitig reflektierst du deine eigenen Regulationsmuster, um im pädagogischen Alltag präsenter, klarer und gelassener reagieren zu können.

Inhalte

- Was ist Angst? Wozu ist sie da?
- Was mache ich mit dem Erregungszustand, den Gefühle mitbringen?
- Paket an pädagogische Werkzeuge zum Umgang mit der Krampus-Tradition
- Selbstreflektion, Transfer in Kindergartenpraxis & Elternarbeit

Ziele

- Die Kraft des Gefühls „Angst“ erkennen, kanalisieren und nutzen lernen
- Wissen wie Du, mittels des vorgestellten Leitfadens, einen achtsamen Umgang mit der Krampus-Tradition gestalten kannst
- Erweiterung Deiner personalen sowie fachlichen Kompetenz im Einklang mit dem Bildungsrahmenplan, um Kinder optimal in Ihrer Entwicklung unterstützen zu können

Leistungen

- Wissenschaftlich fundierter, theoretischer Input
- Austausch und Übungen in Paaren und Kleingruppen
- Selbstreflektion und praktisches Erfahren der Inhalte anhand von gehirngerechten Übungen
- Schriftliches Begleitmaterial mit den gesammelten Inhalten des Seminars

Zeitrahmen

- 8h, inkl. Pausen

Wert

- Regulär: €960,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)
- Vergünstigt *während* des Zertifizierungsprozesses zum „Gesunden KiGA/VS“ über AVOS: €720,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)

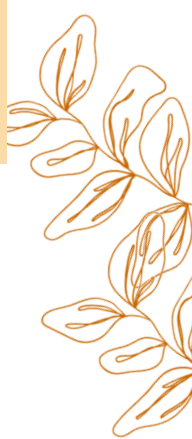
Anmerkungen

- Vor Ort
- Zielgruppe: Elementarpädagog*innen, pädagogische Zusatzkräfte
- Als Vertiefung des Gefühls-Bausteins der Gewaltfreien Kommunikation oder für sich stehend sinnvoll
- Vorkenntnisse: keine
- Theorie: 30%, Praxis: 70%





Wenn kindliches Verhalten herausfordert: strukturierte Reflektion.



Im Arbeitsalltag gibt es immer wieder Verhaltenstendenzen einzelner Kinder, die ein ganzes Team über längere Zeit beschäftigen können. In diesem Workshop lernst Du einen klar strukturierten Ansatz kennen, mit dem Du mehr Klarheit und somit Entlastung schaffen kannst. Diese besteht aus sechs gezielten Reflektionsfragen zum kindlichen Verhalten, die wir uns anhand von praktischen Fallbeispielen nacheinander stellen. Ziel dieser Fragen ist es, die Gefühle und Bedürfnisse des Kindes hinter seinem Verhalten sowie seine individuellen Handlungsspielraum zu verstehen. Davon werden passende Förderansätze für das betroffene Kind abgeleitet und deren Umsetzbarkeit bewusst mit den Handlungsmöglichkeiten der Pädagog*innen abgeglichen. Anwendbar ist die Methode allein oder im Team.

Der Prozess unterstützt dabei, Dich wieder als selbstwirksam zu erleben. Indem Du bewusst etwa 30 Minuten investieren, beugst Du potenziellem „Mit-nach-Hause-Nehmen“ wirksam vor. Wird der Ansatz im Team angewandt, kann er zusätzlich das professionelle Selbstverständnis sowie die Teamkohäsion stärken.

Inhalte

- Theoretischer Hintergrund aus der Gewaltfreien Kommunikation
- Praktische Anwendung der Methodik
- Eine, für die Anwendung dienliche, mentale Haltung

Ziele

- Stärkung des Teams – durch Förderung von Selbstwirksamkeit, professionellem Selbstverständnis und Gruppenkohäsion
- Burn-out-Prophylaxe – durch das bewusste Öffnen und Schließen eines Reflexionsraums, indem Belastungen benannt und gleichzeitig begrenzt werden
- Finanzielle Effizienz steigern – die Methode kann selbstständig und damit kostenfrei im Berufsalltag angewendet werden

Leistungen

- Wissenschaftlich fundierter, theoretischer Input
- Praktisches Anwenden des Leitfadens an Beispielen der Teilnehmer*innen
- Schriftliches Begleitmaterial mit den gesammelten Inhalten des Seminars

Zeitraumen

- 4h, inkl. Pausen

Wert

- Regulär: €480,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)
- Vergünstigt *während* des Zertifizierungsprozesses zum „Gesunden KiGA/VS“ über AVOS: €360,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)

Anmerkungen

- Vor Ort
- Zielgruppe: Elementarpädagog*innen, pädagogische Zusatzkräfte, Volksschul-Pädagog*innen
- Grundlagenkenntnisse der GFK: hilfreich, aber nicht erforderlich
- Theorie: 20%, Praxis: 80%





Elterngespräche kompetent führen.



Unterschiedliche Erwartungen, Unsicherheiten oder hohe emotionale Beteiligung können schnell zu Missverständnissen und Spannungen zwischen Eltern und Pädagog*innen führen. Dabei wollen beide erfahrungsgemäß dasselbe: das Beste für das Kind.

Ausgehend von dieser gemeinsamen Basis beschäftigen wir uns damit, wie Elterngespräche auf Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation kompetent und klar geführt werden können. Der Fokus liegt darauf, wie Du auch in angespannten Situationen auf Augenhöhe bleiben kannst. Das heißt, wie du empathisch zuhören und gleichzeitig sowohl persönliche als auch berufliche Grenzen wertschätzend kommunizieren kannst.

Wir erarbeiten und üben konkrete Formulierungen, Reaktionsmöglichkeiten und Gesprächsstrategien, die unmittelbar in den Alltag übertragen werden können.

Inhalte

- Einführung in die Grundlagen der GFK
- Deeskalation durch empathisches Zuhören
- Reaktionsmöglichkeiten bei verbalen Angriffen
- Klar und respektvoll Grenzen kommunizieren

Ziele

- Kommunikative Kompetenzen vertiefen, um Gespräche mit Eltern vertrauensvoll, klar und deeskalierend zu gestalten
- Herausfordernde Elternkontakte als Chance nutzen können, um Erziehungspartnerschaften zu stärken

Leistungen

- Wissenschaftlich fundierter, theoretischer Input
- Austausch und Übungen in Paaren und Kleingruppen
- Anschauliche Demonstration und Rollenspiele
- Schriftliches Begleitmaterial mit den gesammelten Inhalten des Seminars

Zeitraumen

- 8h, inkl. Pausen

Wert

- Regulär: €960,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)
- Vergünstigt *während* des Zertifizierungsprozesses zum „Gesunden KiGA/VS“ über AVOS: €720,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)

Anmerkungen

- Vor Ort
- Zielgruppe: Elementarpädagog*innen, pädagogische Zusatzkräfte, Volksschul-Pädagog*innen
- Vorkenntnisse: keine
- Theorie: 40%, Praxis: 60%





Wertschätzung, die ankommt.

Praktische Tools aus der Gewaltfreie Kommunikation zur Stärkung von Beziehungen.

“Dass du vorhin auf Liam gewartet hast, habe ich als Unterstützung erlebt und darüber habe ich mich sehr gefreut! Dankeschön!”

Wie fühlt es sich an, so eine Rückmeldung zu hören?

Die meisten Menschen – ob Kinder oder Erwachsene – erleben Wertschätzung als wohltuend, verbindend und motivierend. Im pädagogischen Alltag ist sie ein zentraler Baustein für gelingende Beziehungen: sie stärkt Vertrauen, fördert Kooperation und schafft ein Klima, in dem sich Kinder wie Kolleg*innen gesehen und ernst genommen fühlen.

In diesem Workshop beschäftigen wir uns damit, wie Wertschätzung bewusst, konkret und authentisch ausgedrückt werden kann – sowohl gegenüber Kindern als auch im Team. Du erfährst, wie die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) dafür eine klare und einfach anwendbare Struktur bietet. Anhand praxisnaher Beispiele und Alltagssituationen reflektieren wir die unterschiedliche Wirkung von allgemeinem Lob und echter Wertschätzung. Außerdem beleuchten wir, wie du dieses Wissen im Kontakt mit dir selbst nutzen kannst.

Inhalte

- Wertschätzung ausdrücken mithilfe der vier Schritte der GFK
- Erkenntnisse aus der positiven Psychologie zur Wirkung von Dankbarkeit
- Unterscheidung von Lob und echter Wertschätzung
- Selbstempathie und Selbstmitgefühl

Ziele

- Wertschätzung authentisch kommunizieren, um Beziehungen im pädagogischen Umfeld nachhaltig aufbauen und vertiefen zu können
- Erweiterung Deiner personalen sowie fachlichen Kompetenz im Einklang mit dem Bildungsrahmenplan, um Kinder optimal in Ihrer Entwicklung unterstützen zu können

Leistungen

- Wissenschaftlich fundierter, theoretischer Input
- Austausch und Übungen in Paaren und Kleingruppen
- Impulse zur Selbstreflexion
- Schriftliches Begleitmaterial mit den gesammelten Inhalten des Seminars

Zeitraumen

- 4h, inkl. Pausen

Wert

- Regulär: €480,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)
- Vergünstigt *während* des Zertifizierungsprozesses zum „Gesunden KiGA/VS“ über AVOS: €360,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)

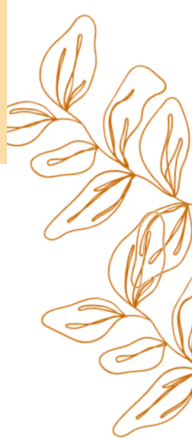
Anmerkungen

- Vor Ort
- Zielgruppe: Elementarpädagog*innen, pädagogische Zusatzkräfte, Volksschul-Pädagog*innen
- Vorkenntnisse: keine
- Theorie: 30%, Praxis: 70%





Mit mir verbunden: Selbstempathie als zentrale Kompetenz in der Pädagogik.



Diese Fortbildung lädt ein, Selbstempathie als zentrale Kompetenz der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) zu entdecken. Selbstempathie bedeutet, herauszufinden, was Du für Dein Wohlbefinden brauchst. Wir erkunden, warum das nichts mit Egoismus zu tun hat, sondern die Grundlage für wirkungsvolles pädagogisches Handeln darstellt.

Du erfährst mehr über die neurobiologischen Hintergründe und wie Selbstempathie mit Selbstwert zusammenhängt. Du bekommst die Möglichkeit zu erkunden, was Dich in Deine Kraft bringt, wie Du Deine Ressourcen gezielt aktivieren kannst und wie ein achtsamer Umgang mit Deinen persönlichen Triggern aussehen kann. Praktische Methoden wie der Selbstempathie-Bogen nach Gonzales unterstützen Dich dabei, deinen Handlungsspielraum zu erweitern und in herausfordernden Situationen sicher und bewusst zu agieren. Darüber hinaus übst Du, Grenzen klar und zugleich wertschätzend zu kommunizieren – eine essentielle Fähigkeit für nachhaltige Selbstfürsorge.

Inhalte

- Neurobiologische Grundlagen und Zusammenhang mit Selbstwert
- Ressourcen aktivieren - Trigger verstehen
- Praktische Anwendung - Selbstempathie nach R. Gonzales
- Grenzen klar und wertschätzend kommunizieren

Ziele

- Bewusstseinsbildung: Die eigenen Gefühle, Bedürfnisse, Ressourcen und Trigger klarer wahrnehmen und ein tieferes Verständnis für innere Prozesse entwickeln
- Integration in den pädagogischen Alltag: Selbstempathische Strategien nutzen, um innere Zentriertheit zu fördern und Dich im Umgang mit Kindern, Eltern und Kolleg*innen zu stärken

Leistungen

- Wissenschaftlich fundierter, theoretischer Input
- Austausch und Übungen in Paaren und Kleingruppen
- Impulse zur Selbstreflektion
- Schriftliches Begleitmaterial mit den gesammelten Inhalten des Seminars

Zeitraumen

- 8h, inkl. Pausen

Wert

- Regulär: €960,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)
- Vergünstigt *während* des Zertifizierungsprozesses zum „Gesunden KiGA/VS“ über AVOS: €720,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)

Anmerkungen

- Vor Ort
- Zielgruppe: Elementarpädagog*innen, pädagogische Zusatzkräfte, Volksschul-Pädagog*innen
- Vorkenntnisse: keine
- Theorie: 30%, Praxis: 70%





Verbindung beginnt innen.

Wie die innere Ausrichtung pädagogisches Handeln stärkt.

In diesem Workshop erkunden wir, was „innere Ausrichtung bzw. Haltung“ bedeutet und warum sie im pädagogischen Alltag eine so große Wirkung hat. Gemeinsam reflektieren wir, durch welche konkreten Verhaltensweisen unsere Haltung für Kinder und Kolleg*innen sichtbar wird. Wir erforschen, wie unsere Sprache Ausdruck unserer inneren Ausrichtung ist und welche Haltung die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) empfiehlt, um Beziehungen bewusst zu stärken.

Zugleich beschäftigen wir uns mit geschichtlichen Prägungen und eigenen Muster, die uns im Alltag manchmal im Weg stehen. Wir betrachten persönliche Triggersituationen durch die GFK-Brille, versuchen zu verstehen, was uns dabei aus unserer Haltung bringt, und entwickeln Strategien, um auch in herausfordernden Momenten handlungsfähig und verbunden zu bleiben. Darüber hinaus überlegen wir, wie wir durch unsere Haltung die Teamkultur positiv beeinflussen können.

Insgesamt ist dieser Tag der bewussten Selbstreflexion sowie der Klärung und Fokussierung unserer inneren Ausrichtung gewidmet.

Inhalte

- Bedeutung der inneren Haltung
- Unterstützende und hinderliche innere Bilder
- Verhalten & Sprache als Ausdruck innerer Haltung
- Teamkultur und Haltung
- Trigger erkennen und Strategien für Stresssituationen entwickeln

Ziele

- verstehen, wie Haltung Beziehungen prägt
- aufbauend auf der GFK-Haltung eigene unterstützende Bilder entwickeln

Leistungen

- Wissenschaftlich fundierter, theoretischer Input
- Austausch und Übungen in Paaren und Kleingruppen
- Impulse zur Reflektion eigener Haltungen und Reaktionsmuster
- Schriftliches Begleitmaterial mit den gesammelten Inhalten des Seminars

Zeitrahmen

- 8h, inkl. Pausen

Wert

- Regulär: €960,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)
- Vergünstigt *während* des Zertifizierungsprozesses zum „Gesunden KiGA/VS“ über AVOS: €720,-- (inkl. Steuern und Gebühren, zzgl. Fahrtkosten ab Obertrum zu €0,50/km)

Anmerkungen

- Vor Ort
- Zielgruppe: Elementarpädagog*innen, pädagogische Zusatzkräfte, Volksschul-Pädagog*innen
- Vorkenntnisse: keine
- Theorie: 20%, Praxis: 80%





Teilnehmerstimmen



Die gewaltfreie Kommunikation im Sinne der Giraffensprache umzusetzen hat uns sehr viele positive Erfahrungen mit den Kindern eingebracht. Die Kinder haben sich dafür begeistert [...] und sich in der Freispielzeit empathisch um die Giraffe gekümmert. [...] Für uns war das [Projekt Giraffentraum], mit wenig Materialien, sehr gut umsetzbar. Wir haben es [...] mit den 4-6-Jährigen durchgeführt, was sich als positiv erwiesen hat, denn die 3-Jährigen haben im Alltag automatisch mitgeholfen. Wir können dieses Projekt sehr weiterempfehlen, denn es ist eine schöne Methode, um den Kindern die gewaltfreie Kommunikation und Empathie näherzubringen.

(Lea Schwarz, 19.3.2025, Elementarpädagogin)

Im Workshop [Herz zu Herz] habe ich für mich die Erkenntnis gewonnen, dass gewaltfreie Kommunikation für die Entwicklung eines gesunden Klassenklimas essentiell ist. Als du die Fallbeispiele und Rollenspiele angeleitet hast, habe ich mich verstanden gefühlt. Das hat mir Sicherheit und Zuversicht im Umgang mit herausfordernden Situationen des [...] Alltags gegeben, weil mir ein wertschätzender Umgang wichtig ist. Danke!

(Maria, 12.5.2026, Volksschullehrerin)

Was mir gefallen hat:
Lebendigkeit, Authentizität, Klarheit, Führung
(Andrea, 2.3.2026, Elementarpädagogin)

Als du uns die Strategie „Mini Circle“ [= Methode zur Konfliktbegleitung] nähergebracht hast, habe ich mich sehr gefreut. Du hast mir damit ein Werkzeug in die Hand gegeben, um Situationen mit Kindern - bei wenig Zeit - zu klären. Das hat mir Sicherheit gegeben.

Danke dafür!

(Sabrina Reiter, 12.5.2026, Volksschullehrerin)

Was mir gefallen hat:
guter und wertschätzender Austausch, offene Gesprächskultur, lösungsorientierter Austausch, Raum für Reflektion, Beispiele [der Teilnehmenden] werden miteinbezogen und gemeinsam bearbeitet, die Anwendung [...] wird aktiv erprobt und reflektiert
(Maria Grünberger, 12.5.2026, Volksschullehrerin)



Eure Referentin



Lydia Wimmer, MSc. Psychologin mit Schwerpunkt auf der Gewaltfreien Kommunikation und Positiver Psychologie. Langjährige Erfahrung in der Begleitung von Menschen, u. a. als Elementarpädagogin und im Flüchtlingshaus. Forschung zur Persönlichkeitsentwicklung und Feinfühligkeit am Institut für Early Life Care der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität Salzburg anhand von Trainings mit BAfEP-Schüler*innen im Projekt „Reflecting Minds“. Besonderes Interesse an der Förderung bewusster Beziehungsgestaltung, empathischer Kommunikation und Selbstwirksamkeit.

Kontakt

Lydia Wimmer MSc e.U.
Kirchbichlweg 20/2, A-5162 Obertrum am See

lydia.wimmer@wirbauenbruecken.at
+43 677 61738801

