

Odkryj nową jakość relacji z samym sobą i z ludźmi wokół siebie.

Jak nowa jakość przyczyni się do zmiany? Pierwszym krokiem jest traktowanie każdego konfliktu – zarówno wewnętrznego jak i zewnętrznego – jako okazji do nawiązania kontaktu. Kiedy rozumiemy i komunikujemy nasze potrzeby w sposób jasny i ze zrozumieniem dla ich uniwersalności, wtedy konflikty prowadzą do porozumienia. Iluzja bycia oddzielnym od siebie i innych znika. Nareszcie czujemy się w świecie jak u siebie.

Anna Mills i Ike Lasater prowadzą szkolenie wykorzystując metodę nauczania stworzoną przez Ike'a Lasatera i John'a Kinyona. Program, zbudowany na bazie pracy twórcy Nonviolent Communication (NVC) Marshall'a Rosenberga, oferuje prosty i skuteczny proces uczenia się kluczowych dla naszego codziennego życia umiejętności. Dla tysięcy ludzi na świecie te umiejętności stały się kluczem nie tylko do nowego sposobu porozumiewania się, ale także do nowego sposobu na życie.

Zapoczątkuj zmianę w świecie i w sobie. Rozwiń swoje umiejętności NVC, wzmocnij swoją siłę.

Uzdrowiaj siebie i swoje relacje. Odnajdując wspólny grunt, ponownie nawiądziesz kontakt.

Wykorzystaj konflikty w swoim miejscu pracy. Codzienne konflikty mogą stać się katalizatorem rozwoju.

Pogłębiaj swoją zawodową praktykę mediacji. Możesz sprawić, że będzie ona prawdziwym spełnieniem ludzkich potrzeb.

Intensywny Kurs Mediacji NVC

Roczny program składa się z trzech pięciodniowych, intensywnych treningów, z których każdy jest rozwinięciem poprzedniego. Każdy kolejny trening dotyka coraz głębszego poziomu. Pomiędzy treningami każdy uczestnik może utrwalać to, czego się nauczył, poprzez zorganizowane i wspierane ćwiczenia indywidualne i grupowe. Zajęcia będą prowadzone w języku angielskim z polskim tłumaczeniem.

Pierwsze spotkanie. Każdy uczestnik rozwinie zdolność bycia obecnym w konflikcie oraz będzie ćwiczyć stosowanie NVC w mediowaniu konfliktów – zarówno wewnętrznych jak i tych pomiędzy ludźmi. Niektóre z tematów: *kontakt z samym sobą, model trzech krzesel, proces obrazu wroga, dziewięć umiejętności.*

Drugie spotkanie. Będziemy wprowadzać nowy materiał, poszerzając równocześnie nabyte wcześniej umiejętności. Uczestnicy zaczną odczuwać prawdziwą pewność siebie. Niektóre z tematów: *dziewięć umiejętności – kontynuacja, proces obrazowania wroga – kontynuacja, mediacja interpersonalna, zadośćuczynienie (wynagrodzenie krzywd).*

Trzecie spotkanie. Będziemy nadal pogłębiać umiejętności mediowania pracując z konfliktem grupowym jak i wewnętrznym. Na tym etapie uczestnicy rozpoczynają wcielanie w życie nowych umiejętności. Niektóre tematy: *proces uzdrawiania i pojednania, mediowanie grup, mediacja wewnętrzna.*

Pomiędzy spotkaniami

- **Codziennie** ćwiczenia kontaktu z samym sobą i kluczowych umiejętności
- **Cotygodniowe** telefoniczne ćwiczenia w parach i trójkach z innymi uczestnikami
- **Comiesięczne** wspólne telekonferencje
- **Stale** wsparcie od trenerów asystujących/coachów

Gdzie: Europejskie Centrum Kultury i Komunikacji, Warszawa Falenica

Kiedy: 1-5 lutego 2012 / 30 maja-3 czerwca 2012 / 24-28 października 2012

Warunek wstępny: 2-dniowe wprowadzenie do NVC lub równoważnik

Oplata: 3945 złotych Jeśli cena jest jedyną przeszkodą w uczestnictwie w szkoleniu napisz do nas: connectpol@nvcmediation.com

Zapisy: odwiedź www.nvcmediation.com aby się zapisać i uzyskać więcej informacji

Pytania: dzwoń na numer +48 22 397 04 32 lub napisz maila na adres connectpol@nvcmediation.com

“Spotkałem wielu ludzi, którzy przez lata próbowali integrować NVC w swoim życiu, zanim odkryli, że roczny, intensywny program mediacji NVC był dla nich tym brakującym ogniwem. Podejście to sprawia, że kluczowe umiejętności i świadomość NVC wejdą Wam w krew”

– Newt Bailey, trener intensywnych programów NVC

Ania Mills



Ania zajmuje się NVC od 2001 roku, kiedy to z jej pomocą metoda ta została sprowadzona do Polski. Podczas swojej pracy dla Peacemaker Community organizowała wizyty twórcy NVC Marshall'a Rosenberga. Później uczyła się od Marshall'a, lecz również od innych międzynarodowych trenerów we Francji, na Węgrzech, w Polsce, Szwecji i Stanach Zjednoczonych.

Prowadzi szkolenia NVC od 2003 roku, a w 2008 uzyskała certyfikat CNVC. Oprócz współprowadzenia Intensywnych Programów Mediacji NVC w Polsce wraz z Ike'iem Lasaterem, prowadziła lub współprowadziła treningi mediacji NVC w Niemczech, Grecji, Korei i Australii.

Ania pracuje również z grupami i parami, prowadziła warsztaty dla sektora edukacji, organizacji rządowych, pozarządowych i biznesu (Citibank, ING Bank, Nokia Siemens).

Jej ostatnie zainteresowania zawodowe to szkolenie trenerów – oferowanie NVC jako narzędzia podnoszenia jakości i efektywności trenerów innych dyscyplin. W 2009 ukończyła Podyplomowe Studium Trenerów Grupowych w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej (SWPS).

Ike Lasater



Po raz pierwszy spotkał się z NVC w 1996 roku, uczestnicząc w warsztacie Marshall'a Rosenberga. Kolejne lata spędził studiując i pracując z Marshall'em. Od 2002 prezentował lub prowadził warsztaty w 11 krajach.

Ike jest z wykształcenia prawnikiem. Jako prawnik zajmujący się przez 20 lat sporami sądowymi, doświadczył „mediacji” jako procesu opierającego się na groźbach i naciskach w celu osiągnięcia ugody. To się zmieniło po spotkaniu z Marshall'em. Podejście NVC było spójne z jego wartościami, rozwijanymi poprzez wieloletnią praktykę medytacji Zen, jogi – był współzałożycielem Yoga Journal w 1975 – i aikido.

Od 2003 roku Ike współpracuje z John'em Kinyon nad innowacyjnym podejściem do nauczania i uczenia się mediacji NVC. Ich pierwsza współpraca zbiegła się w czasie z akcją militarną Stanów Zjednoczonych podjętą po 11 września – w 2002 roku odbyli podróż do granicy Pakistańsko-Afgańskiej, aby przeprowadzić tam szkolenie dla afgańskiej starszyny plemiennej. To tam właśnie Ike i John raz jeszcze doświadczyli mocy i uniwersalności NVC, która zwyciężyła pomimo ośmiu języków, którymi porozumiewano się w czasie treningu.

Obecnie szkolenia z mediacji NVC Ike'a i John'a dostępne są poprzez telekursy, warsztaty i intensywne programy szkoleniowe w Polsce i w Stanach Zjednoczonych oraz w rosnącej liczbie krajów na całym świecie, w tym Holandii i Południowej Korei. Książka Ike'a „Words That Work in Business: A Practical Guide to Effective Communication in the Workplace” została opublikowana w 2010 roku.

Ania i Ike mieszkają razem pod Warszawą.

Jak uczymy

Ćwiczenia. Dajemy podstawy poprzez instrukcje i odgrywane scenki, ale w centrum uwagi znajdują się ćwiczenia i integrowanie umiejętności mediacji NVC.

Odgrywanie ról. Uczenie się poprzez doświadczenie, w formie odgrywania ról, jest najlepszym znanym nam sposobem skutecznego nabywania umiejętności i zdolności do mediowania konfliktów.

Krok po kroku. Aby łatwiej i szybciej uczyć się i wcielać w życie nowe umiejętności, stosujemy progresywne ćwiczenia, z narastającym poziomem trudności.

Więcej informacji

Pytania? Więcej informacji o mediacjach NVC i szkoleniach można znaleźć na stronach: www.nvc.com.pl, www.nvcmediation.com.