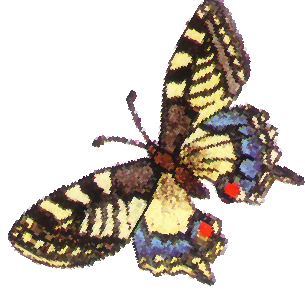


Dr. Marshall Rosenberg yaklaşımı ile **Şiddetsiz-İletişim™** Temel Eğitim Programı 2015-16



Vivet Alevi
ile

Empati Yetkinliğini Eğitmek

Katıldığınız bir giriş seminerinde Şiddetsiz İletişim™den etkilenerek bilgi ve birikiminizi derinleştirmek, şefkatli iletişim bilincini yaşamak ve hayatınıza katmak isteğini duyuyorsanız, bu program sizin için tasarlandı.

Programın Amacı ve Kazanımlarınız

Bu programla amacım; birbirine destek olan bir topluluk içinde gerçekleşecek, derin bir öğrenme ve dönüşüm ortamı yaratmak. Sizlerle birlikte, yaşamınızda kişisel dönüşüm, karşılıklı destek, yol arkadaşlığı ve empatik dayanışmanın yanı sıra, ortaklık (partnership) ve işbirliği kültürü yaşamayı deneyimleyeceğiniz bir yolculuğa çıkmak. Yani grup içinde güven, saygı ve anlayışı besleyecek “Ortaklık Modelini” benimseyen bir liderlik anlayışı geliştirmektir.

Çok çeşitli bileşenlerle desteklenen yoğun içeriği ile bu program:

- Doğal ve akıcı bir dille Şiddetsiz İletişim kurabilmek,
- Şiddetsiz İletişimi anlamak, bunu hayata geçirme kapasitemizi derinleştirmek, uygulamada netleşmek, uygulamanın gerisindeki bilinci kavramak, içleştirmek ve bu becerileri günlük hayata uygulamak;
- Hayatınızı kendi değerleriniz ve ihtiyaçlarınız ile daha uyumlu yaşayabilmek, kendinizle ve çevrenizle daha barışık bir hayat sürdürerek yaşamınız ve ilişkilerinizin niteliğini derinleştirmek;
- Merhametin temeli olan kendimizle şefkatli ve empatik bağı geliştirmek, iç çatışmalarınızı barışa dönüştürmek, özgüveninizin güçlenmesi;
- Yanlış anlaşılmalara çatışmaya dönüşmeden barış sağlayabilmek;
- Şiddetsiz İletişimi başkaları ile paylaşmayı isteyenler için beceri geliştirmek, bilinç ve destek ihtiyaçlarını karşılamak üzere empati almak ve diğerlerine sunma kapasitelerini desteklemek.

Ve bu kazanımlarla cinsiyetimizin, yaşımızın, kültürel kökenlerimizin, dini inançlarımızın tenimizin renginin ve cinsel seçimlerimizin ötesinde birbirimizle barış içinde yaşayabileceğimiz bir dünyanın yaratılmasına ve toplumsal dönüşümlere destek olmayı amaçlamaktadır.

”Dünyada gerçekleşmesini istediğin değişimin kendisi ol”

- Mahatma Gandhi

Programın İçeriği ve Metotlar

Program 5 modülden oluşan son modülü 5 günlük bir inzivayı kapsayan 17 günlük bir kurdur. Cuma akşamı 18.00’de başlayıp Pazar günü 17.00’de biter. Bunun yanı sıra iki bireysel koçluk görüşmesi ve aşağıda açıklanan diğer unsurlardan oluşmaktadır.

1- Hafta Sonu Seminerleri

1- Modül 28 Ekim - 01 Kasım 2015

Bölüm 1-2-3 Gönülden Vermek Şefkati Engelleyen İletişim alışkanlıklarımızla tanışmak ve dönüştürmek 4-Kulak modeli - Can kulağı ile dinlemek

Gözlem - Dört Bileşenin tazelenmesi

Bölüm 4-5-6, Duygu, İhtiyaç, Rica - Dört Bileşenin tazelenmesi.

2- Modül 18 - 20 Aralık 2015

Bölüm 7 - 8 Empati Yetkinliğini Eğitmek Empatinin gücü

3- Modül 05 - 07 Şubat 2016

Bölüm 9 Kendimizle Şefkatle Bağ Kurmak Utanç, Suçluluk, Depresyon, içimizdeki şiddeti

Bölüm 10 Öfkenin Tam İfadesi Dışa yönelen şiddeti dönüştürmek

Tetiklendiğimizde farkındalık geliştirmek, önyargıları dönüştürmek

Bölüm 11 Gücün Koruyucu Amaçla Kullanılması düşman imgelerini dönüştürmek; görmeyi istediğimiz toplumsal değişimin kendisi olmak.

4- Modül 18 - 20 Mart 2016

Bölüm 12 Kendimizi Özgürleştirmek ve Başkalarını Desteklemek

Bölüm 13 Takdiri İfade ve Kabul Etmek. Kutlama, Yas tutmak, Şifa bulmak, Barışmak, geri bildirim vermek, kabul etmek.

Kutlayarak enerji depolamak.

5- Modül İnziva 26 Nisan - 01 Mayıs 2016

Şiddetsiz İletişimi yaşamak uygulamak hayata geçirmek.

Geçmiş acıları şifalandırmak. Toplumsal değişime katkılarımızı keşfetmek

2- Bireysel koçluk - Destek - Geribildirim seansları

Kurs boyunca iki kez yüz yüze, telefonla ya da Skype aracılığı ile empatik koçluk desteği alma olanağınız olacak. Deneylemlerinize ilgili bireysel desteğe, rehberliğe ya da empatiye ihtiyacınız olduğunda, bir saatlik koçluk olanağı ve kişisel geri bildirim sunulur.

3 - Akran İlişkileri

Karşılıklı dayanışma paylaşma ve öğrenmenin desteklenmesi amacı ile program boyunca birlikte yol alacağınız 2’li ya da 3’lü akran gruplarını oluşturacağız.

“Akran İlişkileri” program boyunca kendi sorumluluğunu alma yolunda katılımcılara ilişki geliştirme, dayanışma, alıştırmaya yapma, bütünleşme, empati, şifa ve derin bağlantı kurma olanağı vererek programın en güçlü bileşenlerinden birini oluşturur. Akranlar haftada en az 1 saat telefonda (Telko) veya buluşarak empatik bağlantı, alıştırmaya ve karşılıklı destek dayanışma ve bireysel çalışmalarını paylaşacakları görüşmeler düzenler. Böylece her üye kendi eğitimi ve kendini yönetme becerilerini geliştirme sorumluluğunu alır.

4- Mail Grubu

Programın başlangıcında katılımcılar için bir yahoo/Facebook grubu oluşturacağız. Bu grubu öğrenme sürecimizde zorluklarımızı, başarılarımızı paylaşacağımız, karşılıklı destek, empati sunulan, bilgi alış verişinde bulunacağımız, belli konu başlıklarının tartışıldığı, kutlamaların yapıldığı bir forum olarak hizmet edecek. Katılımcılardan en az ayda bir kere bağlantıyı beslemek canlılık ve anlam için gruba yazmalarını rica edeceğim.

5- Bireysel Öğrenim

Ayda bir kez, önerilen alıştırmaları akranlarınızla ya da yalnız yaparak bireysel eğitiminizi sürdürmenizi isteyeceğim. Bu alıştırmalar bazen içsel çalışma, bazen de diğerleri ile birlikte öğrenmeyi destekleyen alıştırmalar olabilir.

6- Eğitim Materyalleri

Her katılımcı kurs boyunca eğitimi için gerekli materyalle donatılır.

Bunlar: Anahtar ayırımlar, Şİ nin pratik ve manevi temelleri, Evde ve seminerlerde öğrenmenizi izleyebilmek için tutacağınız günce. Çeşitli konulara değin metinler v.b. dir.

7- Diğer Olasılıklar

Çeşitli olanakları değerlendirmek için kurs boyunca ve devamında sizinle temas içinde olmak. Örneğin:

- Yörenizde eğitim örgütlemek, çevrenizde Şiddetsiz İletişim grubu oluşturmak istediğinizde size destek vermek, bunlarla ilgili bilgileri web sitesinde yayınlamak,
- İlerleyen seminerlerle yeteri kadar eğitim alanlara asistanlık olanağı sağlamak, diğer faaliyetlerden özellikle de uluslararası çalışmalardan sizi haberdar etmek.

Hedef Grup - Katılımcılardan İstenecekler

Bu Program, eşi ve ailesi ile ilişkilerinde; okul, işyeri ve benzeri kurumlarda ortaya çıkan anlaşmazlıklarla başa çıkma becerilerini geliştirmek isteyen insanların yanı sıra Şiddetsiz İletişim Merkezi (ABD) CNVC sertifikalı Eğitmeni olmak isteyenler için tasarlandı.

En az iki gün Şiddetsiz İletişime Giriş Semineri almış olanlar bu programa katılabilir.

CNVC - Şiddetsiz İletişim Merkezi (ABD) Sertifikası

Şiddetsiz İletişim Merkezi (ABD) CNVC - Eğitmeni Sertifikası almak bildiğimiz anlamda bir eğitim programından farklı bir yolculuk olup bu süreçte sizden istenecekler:

- Toplumsal değişime ve manevi değerlere yaklaşımınızda, bir topluluk içinde yaşayarak uygulamanızda ifadesini bulacak olan derin bir Şiddetsiz İletişim farkındalığı, bilinci ve tutumu geliştirmeniz;
- Şiddetsiz İletişim sürecini derinden kavramış olmanız ve bu bilgileri öğretme becerilerini kazanmış olmanızın yanı sıra, kendi öğrenme ve büyümenize devam etmeye güçlü bir istek duymanız;
- En az bir yıldır Şiddetsiz İletişimi öğretiyor olmanız. Bunu sertifikasız eğitmen olarak seminerlerde ve alıştırmalar gruplarında yapmanız;
- Kendi gelişiminiz için en az üç değişik CNVC sertifikalı eğitmenin rehberliğinde önemli ve anlamlı eğitim deneyi edinmiş olmanız;
- 3-5 yıl gibi bir süreyi kapsayacak zamana yaydığınız en az 50 seminer gününe katılmış olmanız (Buna 9-günlük Uluslararası Intensive Training-IIT de dahildir);
- Şiddetsiz İletişimle yolculuğunuzda kişisel öğrenme ve gelişmenizi izleyebilmenize yardımcı olacak günce ve eğitim seyir defteri tutmanız;
- Bir Sertifika Denetmen eğitmeninin rehberliğinde katılmanız olarak sıralanabilir.

Katılımcı Sayısı ve Katılım Belgesi

Grup en fazla 15 kişiden oluşur. Bu sayıdan daha fazla müracaat durumunda bekleme listesi oluşturulur. Bu durumda müracaat tarihi belirleyicidir. 8 kişinin altında talep olduğunda programı iptal etme hakkımız saklıdır.

CNVC Eğitimci Sertifikası almak isteyenler için 17 seminer günü ile “Şiddetsiz İletişim Temel Eğitim Programı 2015-16” sertifika sürecinin bileşenlerinden birini oluşturur.

Ödemeler

Program ücreti 3400,- TL’dir. 200,- TL birinci taksiti ödediğinizde kaydınız kesinleşir. Bundan sonra Ekim ayından başlayan ve Mayıs ta biten 400,- TL’lik 8 taksitle devam edebilirsiniz. Peşin ödeme durumunda 300 TL indirim uygulanır, 3100 TL’dir. 5. Modül inziyasının konaklama ücreti bu ücretlendirmeye dâhil değildir.

Müracaat

Lütfen ilişkide bulacağınız Formu doldurarak yazılı kayıt olunuz. Bilgilerinizin bize ulaşması ile beraber hesap bilgilerinizi göndereceğiz. 200,- TL kaparo ödeme bilgisinin hesabımıza ulaşması ile programdaki yeriniz kesinleşir. (Ödeme Açıklaması: “TEP IV-2015-16” katılım ücreti).

Sözleşmenin Fes edilmesi

Programa katılmamanız durumunda

- Program başlamadan önce 100,- TL işlem masrafı olarak
- Seminer olduğu ve listede yedek kimse olmadığı takdirde zararımı telafi etmek üzere kaparonuz olan 200,- TL yi alıyacağımı bilginize sunarım.

Program başladıktan sonra ve hastalık durumu da dâhil sözleşmenin feshedilmesi mümkün değildir. Eksik günleri tamamlamak için bir sonraki eğitim programına katılmak belli şartlar altında mümkündür.

Türkiye’ye geliş gidişlerimi güvence altına almak için düzenli gelir kaynaklarına gereksinimim olduğundan anlayışınıza güveniyorum.

Para üzerine

Para ile ilişkimin herkesin ihtiyaçlarının gözetilmesine verdiğim değer ile uyum içinde olmasını istiyorum. Armağanlarımı sunduğumda öğrenme ve büyümeye katkıda bulunmak, bilgi ve birikimimi paylaşmak ihtiyaçlarımı karşılıyor. Sizlerin de benim yaşamıma katkıda bulunmak için armağanlarınızı sunmaya davet ediyorum. Parasal armağan kabul ettiğimde bu strateji ile hayatımı sürdürmek ve zamanımı kullanma biçimimi seçmek gibi ihtiyaçlarımı karşılıyor. Armağanlarımı sunmayı sürdürebilirliğimi sağlıyor. Aynı zamanda benimle öğrenmek isteyen insanların ihtiyaçlarına da özen göstermek istiyorum.

Ne kadar para isteyeceğimi düşünürken birilerinin maddi olanaklarının sınırlarından dolayı sunduğum hizmetten yararlanması zorlaşırsa değerlerimle bütünlük içinde yaşamak istediğim için böyle bir durumda sizi dürüstlük ve samimiyet temelinde sürdüreceğimiz bir diyaloga davet ediyorum.

Ortaklık kültürü geliştirmeye doğru bu yolculuğa çıkarken göstereceğiniz anlayış ve işbirliğine şimdiden teşekkür ederim.

Kendine zaman ayır; kültürel koşullarınla tepki vermek yerine bilinçli olarak seçtiğin enerjiden hareket edebileceğin zamanı seç.

- M.B.Rosenberg

Dr. Marshall Rosenberg yaklaşımı ile Şiddetsiz-İletişim™ Temel Eğitim Programı 2015-16 Kayıt Formu

Lütfen kayıt formunu E-Posta ile info@siddetsiz-iletisim.com a veya PTT ile:

Vivet Alevi
Yusuf Kamil Pasa sk. 3 D.28
Caferağa Mahallesi MODA
Kadıköy 34710 İstanbul

adresine yollayınız. (Lütfen okuyup işaretleyerek onaylayınız)

- Bu formu doldurarak “Şiddetsiz İletişim Temel Eğitim Programı TEP 2015-16” ya kayıt olmak üzere müracaat ediyorum. Program bilgilerimi ve katılım koşullarını okudum ve kabul ediyorum.
200-TL’lık kaparoyu bildireceğiniz hesaba (Ödeme Açıklaması: “TEP IV.2015-16” kayıt ücreti) yatırdıktan sonra kayıt işlemim tamamlanmış olacak.
- Bütün program boyunca kendime dair tam sorumluluk üstlendiğimi ve sorumluluğumu kısıtlayacak herhangi bir (psikolojik) hastalığımı; alkol, uyuşturucu gibi madde ve benzeri bağımlılığımın olmadığını İmzama tasdik ediyorum.
- Adres telefon ve e-posta gibi bilgilerimin diğer seminer katılımcılarına verilmesini kabul ediyorum.

İsim Soyadı

Doğum Tarihi

Şehir/Kodu

Telefon ve E-Posta

Tarih, İmza

1. Not: Lütfen bu formun bir kopyasını kendinize saklayınız.
28 Ekim 2015 te sözleşmenin basılmış halini imzalayacağız.

Hakkımda

- 1952 İstanbul'da doğumluyum, 24 yaşında bir oğlum var
- Berlin Güzel Sanatlar Akademisi Görsel İletişim Bölümü mezunuyum. Grafik Tasarımcıyım.
- Uluslararası CNVC sertifikalı Eğitimcimim.
- Berlin'de Sosyal Pedagog olarak Sosyal Hizmetler alanında çalıştım.
- 2004 yılından beri eğitimci ve danışman olarak serbest çalışmaktayım.



Misafir öğretim görevlisi olarak çeşitli eğitim kurumlarında Şiddetsiz İletişim dersleri vermekteyim. (Örneğin Alice-Salomon-Sosyal Hizmet Üniversitesi, Berlin Güzel Sanatlar Üniversitesi, Kıbrıs Yakın Doğu Üniversitesi, Ankara Hacettepe Üniversitesi, Urfa Harran Üniversitesi, İstanbul Teknik Üniversitesi, Berlin Halk Eğitim Yüksekokulları, Hacettepe Üniversitesi, Barış ve Çatışma Çalışmaları Bölümü)

Meslek çalışmalarımın bir kısmı

Sosyal Pedagog olarak yetişkin eğitimi alanında çalıştım. Göçmen kadın ve gençlerin entegrasyonu için çeşitli projelerin kurulması ve uygulaması alanında çalıştım. Konu ağırlıklarından biri kitle iletişimi(PR) diğeri ağ yaratma çalışmaları oldu. Ayrıca Medya Pedagojisi teorisini geliştirerek, göçmenler için göçmenlerle birlikte proje oluşturdu ve çalıştım. Uzun yıllar çalıştığım kurumun adı Kültürlerarası İletişim ve Medya Atölyesidir (Werkstatt für interkulturelle Medienarbeit - WIM), ikincisi Çocuk Akademisidir

İşbirliği kurabilen insanların yepyeni şeyler yaratma potansiyeline sahip olduklarına inanırım. Meslek hayatım boyunca insanların birbirleriyle müşfik bağlar kurma potansiyellerini kullanamadıklarına şahit olmak beni arayışa yöneltti. İletişimin kendimle ve diğerleriyle bağ kurmada oynadığı anahtar rolü fark ettikçe yapıcı iletişim kurma yaklaşımının, birarada başarılı ve daha güzel bir yaşama ulaşmaya katkıda bulunduğunu deneyledim. Yaşam boyu öğrenme prensibi ve Dr. Marshall Rosenberg'in geliştirdiği Şiddetsiz İletişim Süreci bugünkü çalışmalarımın temelini oluşturuyor. Gönlümde yatan, yeni yollar araştırmak, bulmak, insanlara bu yollarda refakat etmek, çalışmalarımın hayatı daha güzel kılacak değişimlere katkıda bulunmaktır.

Sunduğum Hizmetler

Mesleki tecrübem ve Şiddetsiz İletişim yardımı ile kişilere, çiftlere ve gruplara, her tür kurum ve örgüt çalışanlarına,

- Eğitim seminerleri - atölye çalışmaları
- Arabuluculuk/Çatışma Yönetimi
- Danışmanlık (Empowerment - Coaching), koçluk
- Özel veya meslek yaşamında ortaya çıkan anlaşmazlıklarda ve zor durumlarda yapıcı ve barışçıl çözümler üretmeye destek olmak ve bu sürece refakat etmektir.