

# Höstprogrammet Fredens Hus Göteborg 2019

**Plats:** Aktivitetshuset i Hammarkullen, Bredfjällsgatan 36, ingång G, vetter mot Hammarkullestationen.

**Tid:** Tisdagar kl. 19.00-21.00

**Kostnad:** Fredens Hus Gbg bjuder

**Arrangör:** Fredens Hus Göteborg, [www.fredenshusgoteborg.se](http://www.fredenshusgoteborg.se)

**Information:** hemsidan + [karin.utas.carlsson@telia.com](mailto:karin.utas.carlsson@telia.com)

3/9 Sylvia Lidén Nordlund: **ETT SPRÅK FÖR LIVET. En metod för att skapa kontakt.** Träning och teori.

NVC, Nonviolent Communication, är som en inre verktygslåda för att kommunicera på ett sätt som skapar kontakt och samförstånd.

För att få genuin kontakt med andra behöver vi ha kontakt inåt – med oss själva, våra känslor och våra behov. Vi behöver ta ansvar för att orden vi uttalar är ickeanklagande och ickedömande, så att den andra är beredd att lyssna utan att gå till motattack eller i försvarsställning.

Sylvia Lidén Nordlund är författare och oberoende tränare i NVC, också kallat Giraffspråket, utvecklat av Marshall Rosenberg.

Tillägg:

**Sylvia Lidén Nordlund** driver företaget Amadora Books & Consulting AB med fokus på relationer, kommunikation och skrivande. Sylvia är lärare med intresse för fackliga frågor. Hon har studerat samtalspedagogik och sexologi och har en fil. kand. i konflikthantering. Hon använder sig av metoder och förhållningssätt från KBT och Nonviolent Communication (NVC) i parsamtal, handledningsuppdrag och föreläsningar.

Under 2016 och 2017 har hennes noveller publicerats i fem antologier, på förutbestämda teman med anknytning till mellanmänskliga relationer och livsöden. Romanen *Allt det du måste*, gavs ut 2017. Genom mobbning på jobbet tvingas huvudpersonen Mia att skärskåda fler delar av sitt liv för att inse vad hon måste göra. Hon får stor hjälp av handledaren Walter som introducerar NVC för hennes arbetslag på förskolan där hon arbetar.

Del två *Om du bara vågar* släpptes i bokform september 2018. I den möts Mia av nya utmaningar på ytterligare områden i livet. Båda böckerna finns utgivna som ljudböcker. Tredje och

sista delen *Det enda du behöver* kommer i november 2019 och har försoning och acceptans som tema.

I september 2018 släpptes även antologin *Mer än bara ord: på tal om framgångsrik kommunikation*. Den fanns med bland tio nominerade till Årets ledarskapsbok 2019. I den har Sylvia skrivit ett kapitel om NVC.

**Föreläsningen:** NVC är som en inre verktygslåda för att kommunicera på ett sätt som skapar kontakt och samförstånd. Förhållningssättet bygger på ömsesidighet och respekt, med hjälp av en modell i fyra steg för att uttrycka oss, men även för att lyssna.

För att få genuin kontakt med andra behöver vi ha kontakt inåt - med oss själva, våra känslor och våra behov. Vi behöver ta ansvar för att orden vi uttalar är ickeanklagande och ickedömande, så att den andra är beredd att lyssna utan att gå till motattack eller i försvarsställning.

Vi behöver även vara genuint beredda att lyssna till den andra och ärligt visa oss i vår mänskliga sårbarhet, för att skapa en kommunikation som undanröjer missförstånd och ger ett samförstånd oavsett om vi tycker lika eller inte. Våra åsikter är egentligen ointressanta medan vår vilja att mötas och förstå varandra är avgörande för om kommunikationen fungerar eller gnisslar.

Sylvia kommer att introducera deltagarna till Marshall Rosenbergs modell för kommunikation, Nonviolent Communication (NVC) som ibland benämns som "Giraffspråket", och de fyra stegen. Hon kommer att ge egna exempel och låta deltagarna träna på något moment inom NVC.

17/9 Tomas Magnusson och Per Hergren: **VAD ÄR FREDSKULTUR OCH HUR TRÄNAR MAN?**

Tomas Magnusson: Ordförande Svenska Freds- och Skiljedomsförbundet, Göteborg.

Per Hergren: Tränare i civilkurage, ickevåld och konflikthantering.

1/10 Rättvis Teater under sin ledare Gunnar Larsson:

**FORUMTEATER - spel om hemlöshet**

Vi kommer att träna forumteater tillsammans med en grupp skådespelare som har egen erfarenhet av hemlöshet eller annan form av utsatthet.

15/10 Kajsa Svensson: **KONSTRUKTIV KONFLIKTHANTERING**

I den här workshoppen kommer vi undersöka hur vi kan hantera konflikter konstruktivt och likvärdigt. Workshoppen är för dig som vill utmana vanliga reaktioner och pröva nya sätt att agera. Vi arbetar med en konflikthanteringsmodell utarbetad av

den belgiska ickevåldstränaren Pat Patfoort. Modellen utgår ifrån att det är bra att vara olika och att när olikheter krockar behövs förståelse för både sig själv och den andre för att hitta en hållbar lösning.

Kajsa Svensson, teaterpedagog, driver InterAct som arbetar med mångfaldsfrågor, interkulturell kompetens och konflikthantering på arbetsplatser.

För hemsidan tillägg: Vi arbetar utifrån en konflikthanteringsmodell utarbetad av den belgiska ickevåldstränaren Pat Patfoort och med hjälp av den kan vi bearbeta konfliktsituationer från vardagen eller arbetsplatsen. Konflikter eskalerar när de inblandade försöker vinna konflikten och sätta sig över den andre. Modellen utgår ifrån att det är bra att vara olika och att när olikheter krockar behövs förståelse för både sig själv och den andre för att hitta en hållbar lösning.

**Kajsa Svensson** driver InterAct som arbetar med mångfaldsfrågor, interkulturell kompetens och konflikthantering på arbetsplatser. Hon anlitas även av Institutionen för pedagogik och specialpedagogik vid Göteborgs universitet. Hon undervisar främst i konflikthantering, sociala relationer, normkritik och interkulturalitet. Som teaterpedagog har hon lång erfarenhet av att utveckla upplevelsebaserat lärande i skolan och i andra verksamheter. Tillsammans med Pat Patfoort arbetade hon som konflikthanteringstränare i försoningsprojekt efter kriget i Forna Jugoslavien och är van att lära ut metoder och färdigheter för att hantera konflikter konstruktivt.

Se [www.laraforfred.se](http://www.laraforfred.se) och sök på Pat Patfoort. Här är också en fil ur Karin Utas Carlssons beskrivning av metoden i *"Hantera konflikter och förebygg våld"*.

29/10 **Marina Andersson: ATT GE SIG IVÄG OCH KOMMA TILL ETT NYTT LAND. Vad och hur ska man göra för att bli en del av det nya samhället man har hamnat i?**

Kom och lyssna till en gripande men också en hoppfull berättelse med drömmar och visioner för framtiden!

Marina är kristen Assyrier/Syrian från Turkiet, Hon är själv är flykting. Hon har skrivit boken *Farväl! Välkommen hem*. Hon berättar och inbjuder till samtal.

För hemsidan tillägg:

Marina är kristen Assyrier/Syrian från Turkiet och kom till Göteborg sommaren 1985. Hon vet vad det innebär att bryta upp och byta land, att skiljas ifrån sin familj och sin

mormor som blev kvar därför att myndigheter i Europa inte räknade henne tillhöra kärnfamiljen.

Marina har skrivit boken *"Farväl! Välkommen hem*. Hon berättar om sin livsresa, om förluster men också om vinster, hur hon med bara fem års skolbakgrund från sitt hemland började läsa till sjuksköterska, hur hon integrerade sig i svenska samhället.

12/11 Margret Lepp: **DRAMA OCH KONFLIKTHANTERING I SJUKSKÖTERSKEPROGRAMMET. Föreläsning och praktisk workshop**

Margret Lepp, professor vid Göteborgs universitet, sjuksköterska och dramapedagog, har tillsammans med Anita Grünbaum skrivit den uppskattade boken *DRACON i skolan*". DRACON står för Drama and Conflict Management. Nu har en ny bok om det internationella projektet utkommit.

För hemsidan tillägg: Professor Lepp är gruppsledare för forskargruppen Vårdpedagogik och Vårdledarskap vid institutionen för vårdvetenskap och hälsa, Sahlgrenska akademien, Göteborgs universitet. Hon är en av grundarna till European Network of Nursing Academies (ENNA) som grundades 2007 med deltagare från åtta Europeiska länder, se [www.en-na.eu](http://www.en-na.eu).

År 2016 blev hon utsedd till Adjunct Professor vid School of Nursing and Midwifery, Griffith University, Australien, och år 2019 blev hon utsedd till Visiting Professor vid Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia. Professor Lepp har en omfattande publikation inom Vård, Drama och Lärande.

26/11 Per Herngren: **INGRIPA I HÄRSKARTEKNIKER – vi övar olika tekniker för att ingripa i mobbning, sexism och rasism.**

Per Herngren, tränare i civilkurage, ickevåld och konflikthantering. Han är utsedd till Årets folkbildare i Sverige. War Resisters International har utvalt honom till en av världens mest erfarna ickevåldstränare. Per har skrivit 10 böcker och är översatt till flera språk.

10/12 Karin Utas Carlsson: **MEDLING I SKOLAN – Träning och teori**

Karin har en vision att med mer kunskap i konstruktiv konflikthantering och medling kan skolan, hemmet och världen blir mindre våldsam och mer harmonisk.

Karin Utas Carlsson är ordförande i föreningen Fredens Hus Göteborg, f d barnläkare, fil. dr fredsundervisning. Har skrivit bl a *Hantera konflikter och förebygg våld* tillsammans med pedagogen Anette Rosenberg Kimblad.

Fredens Hus Göteborg, [www.fredenshusgoteborg.se](http://www.fredenshusgoteborg.se) med stöd av Sensus.