



Esther Gerdts

Training, Mediation, Beratung

Ramungstr. 15

81373 München

Mobil +49 (0)177 74 125 74

kontakt@empathy-first.com

www.empathy-first.com



Trainerprofil und Vita

Nach 15jähriger Führungserfahrung in der Dienstleistungsbranche lernte ich im Jahr 2000 den international ausgezeichneten Konfliktberater und Begründer der Gewaltfreien Kommunikation® Marshall Rosenberg Ph. D. kennen. Sein Ansatz war für mich beruflich und privat außerordentlich wirksam und stimmig, so dass ich mich in den folgenden Jahren darauf konzentrierte, diesen Ansatz zu erlernen und als Mediatorin, Coach und Trainerin die Gewaltfreie Kommunikation® weiterzugeben.

Mein Angebot

Vorträge, Seminare, Workshops, Ausbildung, Supervision, Moderation und Mediation auf Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation®; empathisches Coaching; Teamentwicklung, Moderation nach soziokratischen Prinzipien, Mentoring für TrainerkandidatInnen im Zertifizierungsprozess und Assessment, Retreats in den Alpen, Seminarreisen.

Wie ich arbeite

In der Haltung und mit den Prozessen der Gewaltfreien Kommunikation, als empathischer, einfühlsamer Coach, in klaren offenen Gesprächen und in systemischen Rollenspielen anhand der Beispiele der TeilnehmerInnen/KlientInnen, manchmal provokativ.

Zielgruppen

Dienstleistungsunternehmen, Bildungsbetriebe, soziale und karitative Einrichtungen, Schulen, mittelständische Unternehmen, Führungskräfte der mittleren Führungsebene, Führungskräfte in Kleinunternehmen, Frauen in Führungspositionen, Arbeitsteams, Privatpersonen, Paare, Familien, Geschwister.

Was ich von meinen Kunden erwarte

Die Bereitschaft, sich Kommunikations- und Denkmuster, die der Verständigung (und dem eigenen Leben) nicht dauerhaft dienlich sind, bewusst zu machen und den Mut, sich auf Veränderungsprozesse einzulassen; die Bereitschaft, auch zwischen den Terminen an sich zu arbeiten, Neues auszuprobieren und mit neuen Sprachmustern zu experimentieren; das Interesse, neue Wege im menschlichen Miteinander zu gehen.



Ramungstr. 15

81373 München

Mobil +49 (0)177 74 125 74

kontakt@empathy-first.com

www.empathy-first.com

Bundesverband
MEDIATION
www.bmev.de



 **Fachverband**
Gewaltfreie
Kommunikation



gewaltfreie
KOMMUNIKATION
AUSTRIA



Esther Gerdts

Trainerin, Mediatorin, Coach

Berufserfahrung

Stellvertretende Geschäftsführerin, Studioleitung und Trainerin in den Fitness-Studios der My Sportlady OHG, München und Taufkirchen, Kundenbetreuung, Training, Personalführung, Organisationsentwicklung, 1984 - 1990

Geschäftstellenleiterin München/Südbayern der Motio GmbH Deutschland, Institut für betriebliche Gesundheitsförderung, und Management personeller Ressourcen; 1993 - 1997

Geschäftsführerin des Wellness-Centers UNSÖLD'S München, Kundenbetreuung, Training, Personalentwicklung, Akquisition, Qualitätssicherung, Innovationsmanagement, 1997 - 1999

Assistentin der Geschäftsführung bei OUTWARD BOUND - Deutsche Gesellschaft für Europäische Erziehung e.V. in München und Schwangau, Projektkoordination, Informationsmanagement, 2001 - 2005

Selbständige Trainerin, Mediatorin und Coach in eigener Praxis in München-Pasing, Seminare und Ausbildung in Gewaltfreier Kommunikation®, Empathietrainings, Mediation und Supervision in Deutschland und Österreich, seit 2005

Ausbildung und Studium

Studium Sozialpädagogik an der Fachhochschule für Sozialwesen in München

Sportstudium mit Abschluss Staatl. gepr. Gymnastik- und Sportlehrerin (mit Auszeichnung durch die Regierung von Oberbayern), K.-N.-Schule und TU München

Berufsbegleitendes Aufbaustudium zur **Pädagogin für psychosomatische Gesundheitsbildung** an der Katholischen Stiftungsfachhochschule München u.a. bei Prof. Roque Lobo

Ausbildung zur **Mediatorin** an der Schule für Verständigung und Mediation in Steyerberg bei Christoph Hatlapa und Katharina Sander

Ausbildung zur **Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation** bei K-Training, Klaus Karstädt und Friederike Kahlau-Karstädt; München

Weitere Kommunikationstrainings bei:

Marshall Rosenberg sowie bei Paul Watzlawick, Friedemann Schulz von Thun, Christoph Thomann, Kirsten Kristensen, Liv Larsson, Nada Ignjatovic Savic, John Kinyon, Suna Yamaner, Robert Gonzales, u.v.a.



Ramungstr. 15

81373 München

Mobil +49 (0)177 74 125 74

kontakt@empathy-first.com

www.empathy-first.com

Bundesverband
MEDIATION
www.bmev.de



 **Fachverband
Gewaltfreie
Kommunikation**



 **gewaltfreie
KOMMUNIKATION
AUSTRIA**



Esther Gerdts

Trainerin, Mediatorin, Coach

Berufliche Fortbildungen

Führung – Intensivtraining zur Vorbereitung auf Führungs-aufgaben, Industrie und Handelskammer, Feldkirchen-Westerham, 1990

Neurolinguistisches Programmieren, Sprache und nonverbales Verhalten, Institut für Gesundheitspädagogik, Dr. Franz Stark, München 1990

EDV-Fortbildung im Bereich Dokumentation und Lernsysteme im Medienverbund bei SIEMENS Nixdorf München, 1992 - 1993

WAGUS® -Fortbildungen der Firma Motio GmbH, Karlsruhe, 1993-1997 (WAGUS = wissenschaftliche Arbeitsgruppe Gesundheit und Sport):

- Präventionsreferentin und Trainerin
- Ausbildung in Autogenem Training und progressiver Muskelrelaxation
- Moderation und Präsentation
- Verkaufstraining (CONTRAIN GmbH, Mainz)
- Moderation von Gesundheitszirkeln (Dr. Slesina, Köln)
- Management persönlicher Ressourcen

Kommunikationsfortbildung „Führungskräfte für die Wirtschaft – Akademiker in der Praxis“ am Bildungsinstitut für Beruf und Kommunikation BBK, München, 2000-2001

Zertifizierungen, Anerkennungen, Ausland

Zertifizierung zur „Mediatorin BM“ vom Bundesverband Mediation e.V. (dem größten interdisziplinären Berufsverband für Mediation) 2004

Internationale Zertifizierung zur „Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation“ durch das Center for Nonviolent Communication CNVC (Assessment Isolda Teschner) 2006

Aufnahme in das internationale Assessorenteam des Center for Nonviolent Communication (Educational Service Team) für die Zertifizierung in Gewaltfreier Kommunikation im deutschsprachigen Raum seit 2009

Trainerin und Assessorin bei 9-tägigen Internationalen Intensiv Training (IIT) ab 2012

Trainings auf den Philippinen 2015 und 2018

Trainings in Tansania 2019



Ramungstr. 15
81373 München

Mobil +49 (0)177 74 125 74

kontakt@empathy-first.com

www.empathy-first.com

Bundesverband
MEDIATION
www.bmev.de



 **Fachverband
Gewaltfreie
Kommunikation**



 **gewaltfreie
KOMMUNIKATION
AUSTRIA**

Weitere Fortbildungen und Workshops

Anleitung zum Unglücklichsein, Paul Watzlawick 1990

Zeitbalance Training – der Weg zur Zeitkompetenz bei My_Time bei Hans Brandhoff und Wolfgang Hamm, 2001

Systemische Familientherapie und Aufstellungsarbeit bei Winfried de Philipp, 2002

International Intensive Training in Nonviolent Communication bei Marshall Rosenberg, 2003

Wenn zwei sich streiten, freut sich der Dritte oder Wie man in den Wald ruft, so schallt es heraus; Centrum für angewandte Politikforschung CAP, Susanne Ulrich, 2005

Gewaltfrei kommunizieren mit dem inneren Team, Lebensgarten Steyerberg, Christoph Hatlapa, Armin Torbecke, 2004

Körpersprache des Konflikts – Körpersprache der Versöhnung, bei Prof. Samy Molcho, 2006

Den Dämonen Nahrung geben – Buddhistische Techniken zur Konfliktlösung, Tsültrim Allione, 2006

Forgiving Dr. Mengele – Vergebung als Akt der Selbstheilung und Samen des Friedens, Eva Mozes-Kor, 2006

Das Morphische Feld sozialer Gruppen und die Wirkung von Gruppenaufmerksamkeit, Rupert Sheldrake, 2006

Die Soziokratische Kreisorganisationsmethode, Soziokratisches Zentrum, Pieter van der Meché, 2007

Politische Aufstellungen, Institut für Systemaufstellungen und integrative Lösungen ISAIL, Dr. Albrecht Mahr, 2008

Der provokative Stil am D.I.P. - Deutsches Institut für Provokative Therapien, Dr. Noni Höfner und Frank Farely 2008

Den Stier bei den Hörnern packen – Vergangenheitsbewältigung oder Zukunftsorientierung in der Mediation, Dr. Christoph Thomann 2009

Inseln im Chaos - in Beziehung bleiben auf unserer Reise ins Ungewisse; Tiefenökologische Konferenz mit Ph. D. Joanna Macy und KollegInnen in Lindenberg im Allgäu, 2010

Dragon Dreaming – der Weg zum Projekt (Dream-) Team, Workshop mit John Croft in Steyerberg, 2010

Restorative Circles – Heilung im Kreis der Gemeinschaft, Facilitator Practice Training mit Dominic Barter in Bredbeck/Osterholz, 2011

Systemisches Konsensieren – der Schlüssel zum gemeinsamen Erfolg bei Klaus Karstädt in Starnberg 2011

The Living Energy of Needs – Authentisch und mitfühlend im Miteinander bei Robert Gonzales in Stuttgart, 2011

„The Sacred Clown as Healer - Fool at Heart bei Didier Danthois in Wien 2017

Possibility Management Fortbildungen bei Dagmar Thürnagel und Michael Hallinger in Planegg bei München ab 2017

Yager-Code „Der Quantensprung für Selbsthilfe, Coaching und Therapie bei Schmerzen und psychischen Leiden“ bei Dr. Norbert Preetz 2021

„Clowning meets NVC“ bei Karin Hohenegger und Deborah Bellamy 2026

"Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) – eine Entdeckungsreise zu den eigenen Kraftquellen und Visionen" bei Dr. Stephanie Schnichels in Traunstein 2026