

## Anmeldung

Hiermit melde ich mich für die HAG-Reihe Aufbaufortbildung Gewaltfreie Kommunikation® nach Marshall Rosenberg (GFK) (Nr. 18851) verbindlich an und erkenne die Anmelde- und Teilnahmebedingungen der HAG an.

Mein Zahlungswunsch:

Ich möchte den Frühbucherrabatt nutzen (nur möglich bis 14.12.2024) und zahle den reduzierten Gesamtbetrag in Höhe von 1 116,00 € sofort.

Ich zahle in vier Raten à 287,00 € (= Gesamtbetrag 1 148,00 €)

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Beruf/Arbeitsfeld \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ort, Datum

Unterschrift

Bitte fügen Sie Ihrer Anmeldung Nachweise für Ihre bereits erfolgte Teilnahme an mindestens fünf Fortbildungstagen bei einem zertifizierten Trainer des CNVC bei.

## Seminarzeiten

Freitag 18:15 – 21:30 Uhr  
Samstag 09:30 – 17:30 Uhr  
Sonntag 10:00 – 13:30 Uhr

## Fortbildungstermine

24. – 26.01.2025  
21. – 23.02.2025  
14. – 16.03.2025  
04. – 06.04.2025

## Seminarort

vhs-Gebäude  
Bergheimer Straße 76  
69115 Heidelberg

## Seminargebühren

- 1 148, 00 € (Frühbucher: 1 116,00 € nur bei Anmeldung bis 14.12.2024)  
(Gebühren inkl. Kursunterlagen, Pausengetränke und Snacks)

## Fortbildungsumfang

Vier Wochenendseminare mit 64 Unterrichtseinheiten (UE\*).  
Zusätzlich Peergruppentermine  
(\* eine UE = 45 Minuten)

## Teilnehmerzahl

Die Teilnehmerzahl beträgt maximal 12 Personen

## Weitere Informationen und Anmeldung

Heidelberger Akademie für Gesundheitsbildung  
Bergheimer Straße 76 · 69115 Heidelberg  
Tel. 06221 9119-31 · Fax 06221 911955  
hag@hag-hd.de · www.hag-hd.de

# Gewaltfreie Kommunikation® nach Marshall Rosenberg – Aufbaufortbildung –

Eine Fortbildungsreihe über vier Wochen-  
enden ab Januar 2025

## Aufbaufortbildung Gewaltfreie Kommunikation® nach Marshall Rosenberg (GFK)

### Zielgruppe

Die Fortbildung richtet sich an Menschen, die die Gewaltfreie Kommunikation bereits seit einiger Zeit praktizieren und die Teilnahme an mindestens fünf Fortbildungstagen bei einem/r zertifizierten Trainer\*in des CNVC nachweisen können. Bitte fügen Sie Ihrer Anmeldung entsprechende Kopien Ihrer bisherigen GFK-Fortbildungen bei.

Die Fortbildung kann als Teil der Ausbildung zum/r Trainer\*in für Gewaltfreie Kommunikation (nach CNVC, [www.cnvc.org](http://www.cnvc.org)) angerechnet werden.

### Ziele der Fortbildung

- Die Fähigkeit vertiefen, in allen Lebensbereichen die Haltung der GFK authentisch zu leben
- Die Balance finden zwischen Ehrlichkeit und Einfühlung gegenüber mir selbst und anderen Menschen
- An herausfordernden oder festgefahrenen Situationen arbeiten und neue Perspektiven entwickeln
- An eigenen Lern- und Wachstumsgrenze arbeiten im empathischen Austausch mit Gleichgesinnten
- Möglichkeiten erkunden, die GFK authentisch und mit Freude an andere Menschen weiterzugeben
- Eigene Kurs- und Vortragskonzepte entwickeln und erproben

### Die Themen im einzelnen:

- **„Sei nicht nett, sei echt“ – die Arbeit an der eigenen Authentizität**  
Wie kann ich mich selbst ehrlich ausdrücken und dabei gleichzeitig die Bedürfnisse meines Gegenübers im Blick behalten?
- **Die lebendige Energie der Bedürfnisse erforschen**  
Mit speziellen Übungen und Anregungen wird die Bedürfnis-Orientierung der GFK besonders in den Fokus genommen. Die Teilnehmer\*innen haben die Möglichkeit, die PEP-Methode(R) kennenzulernen. Mit dieser Methode ist es möglich, mit schwierigen Emotionen souveräner umzugehen.
- **Prozessorientiertes Arbeiten**  
Persönliche Themen aus dem Lebensumfeld der Teilnehmer\*innen werden bearbeitet. Der Gruppenprozess wird als lebendiges Übungsfeld der GFK genutzt.
- **Die GFK vermitteln**  
Wer vorhat, die GFK in Vorträgen, Seminaren, Einzelcoachings etc. anzuwenden und weiterzugeben, hat hier die Gelegenheit, dies in Form von Präsentationen oder Rollenspielen zu üben und wertvolles Feedback von der Gruppe und von den Seminarbegleitern zu erhalten.
- **GFK und sozialer Wandel**  
Was trage ich konkret in die reale Welt zur weiteren Entwicklung von Menschlichkeit und Menschenwürde?!

### Aktivitäten von Seiten der Teilnehmer\*innen

Zwischen den einzelnen Ausbildungsabschnitten treffen sich die Teilnehmer\*innen in Kleingruppen. Diese „peer-groups“ dienen dem Erfahrungsaustausch und bieten die Möglichkeit, miteinander die Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation zu üben. Außerdem werden in Absprache mit den Teilnehmer\*innen zwischen den einzelnen Ausbildungsabschnitten auch Zoom-Meetings stattfinden. Die Fortbildung schließt mit einer intensiven Abschluss- und Feedbackrunde ab.

### Die Seminarbegleitung

Eberhard Schererz, Kommunikationsberater, Coach, zertifizierter Trainer für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC), arbeitet in eigener Praxis in Mörlenbach ([www.dialog-forum.com](http://www.dialog-forum.com)). Sein Anliegen ist es, dazu beizutragen, dass in möglichst vielen gesellschaftlichen Beziehungen eine konstruktive und wertschätzende Gesprächs- und Begegnungskultur entsteht. Durch seine Seminare möchte er den sozialen Wandel unterstützen und für mehr Menschenwürde und tiefe Menschlichkeit eintreten.

Um weibliche und männliche Sichtweisen in der GFK-Haltung gleichwertig einzubeziehen, wird Dr. Gabriele Sutter (angehende GFK-Trainerin CNVC) das Seminar ebenfalls begleiten. Als Ärztin hat sie sehr viel Erfahrung im Umgang mit Menschen in schwierigen und für alle Betroffenen, Patient\*innen, Mitarbeiter\*innen und Kolleg\*innen oft konfliktreichen Situationen.

