



„Wenn du viel über dich erfahren willst, geh in eine feste Paarbeziehung.“
Dalai Lama

*In lebendiger und freudvoller Verbundenheit sein
Sich begegnen, ohne sich zu verbiegen
Was sagt die Liebe? - Ein Seminar für mutige Paare!*

Ein besonderes GFK-Seminar auf der Basis von Marshall Rosenberg



April bis Oktober 2025
4 Wochenenden à 2,5 Tage (gesamt 10 Tage)
1. Modul: 11. bis 13. April 2025
69509 Mörlenbach / Odenwald



Eberhard Scherertz

Zertifizierter Trainer für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC)

Luciana Nicolae

Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation in Ausbildung (CNVC)

Zielgruppe

Dies ist ein Seminar für Paare, die sich aufrichtig in ihrer Partnerschaft erleben wollen, die ihre Beziehung vertiefen und auf eine neue Ebene bringen möchten. Es geht darum, sich selbst und den Herzensmenschen besser kennenzulernen und bereit zu sein, in die Beziehung Zeit, Geld, Raum ... ganz bewusst zu investieren. Das Seminar ist auch offen für Beziehungspartner*innen, die alleine kommen wollen.

Wir wünschen uns, dass die Teilnehmenden die Grundzüge der GFK wirklich leben wollen. Schlüssel: „Connection before Correction.“

Für Partner*innen, die noch keine GFK-Grundlage haben, aber gerne ebenfalls an dem Seminar teilnehmen möchten, bieten wir vorab einen eintägigen „GFK-Schnupperkurs“ an.

Seminarbegleitung



Eberhard Schererz

Kommunikationsberater, Coach, zert. Trainer (CNVC)

Mit diesem Seminar möchte ich gerne zu einer wertschätzenden Gesprächs- und Begegnungskultur in unserer Gesellschaft beitragen. Dafür engagiere ich mich seit meiner ersten Begegnung mit M. Rosenberg im Jahr 1997. Ich arbeite gerne mit Menschen, die offen für Neues sind und sich persönlich weiterentwickeln möchten. Mir ist es auch wichtig, Menschen in ihren Beziehungen zu unterstützen, so dass sie miteinander wachsen – gerade in herausfordernden Zeiten.



Luciana Nicolae

Juristin mit Schwerpunkt Sozialrecht/ Rehabilitationsrecht, Systemische Beraterin und Trainerin für gewaltfreie Kommunikation in Ausbildung (CNVC)

Bei der Begegnung mit Menschen ist mir wichtig, den Funken der Liebe, den jeder Mensch in sich trägt, zum Vorschein zu bringen und durch die GFK mit Leichtigkeit diesen Funken weiterzugeben. Letztendlich haben wir alle die gleichen Bedürfnisse, wollen geliebt und gesehen werden, so wie wir sind.

Seminarziele

- Sich selbst besser kennenlernen und dadurch mit dem Partner oder der Partnerin in eine tiefere Verbindung kommen
- Zu einer größeren Handlungsfähigkeit kommen und mit herausfordernden Situationen in der Paarbegegnung souveräner umgehen können
- Wie reagieren Frauen und Männer auf dieselben Herausforderungen? Die andere Sichtweise als Ergänzung, nicht als Widerspruch erleben
- Den Mut haben, mit sich selbst wirklich gut umzugehen. Nur, wenn die eigene Schale der Lebenskraft (der Liebe) gut gefüllt ist, kann etwas überfließen
- Die Konflikte als Chancen erkennen und für die eigene Weiterentwicklung nutzen
- Die lebendige Verbindung wertschätzen und im Alltag bewusst pflegen
- Peergruppen zur gegenseitigen Unterstützung der persönlichen Weiterentwicklung bilden

Seminarinhalte

Modul 1 - Ich

- **Sich mit sich selbst beschäftigen:** Beziehungszintelligenz und Reife entwickeln und zeigen
- **Selbsteinfühlung – Selbstvertrauen – Selbstwirksamkeit:** Durch eine aufrichtige Verbindung zu mir selbst gelingt mir die Verbindung zu anderen leichter
- **Wer bin ich?** Sich der eigenen Verhaltensweisen und -muster bewusst werden und diese würdigen
- **Glaubenssatzarbeit:** Erkunden, wo ich mit mir selbst abwertend, verletzend und gewalttätig umgehe. Glaubenssätze verzaubern!
- **Wertschätzung leben:** Kann ich Wertschätzung für mich leben in meinem Aussehen, in meinem Handeln, in meinem Selbstbild? Lebe ich im Einklang mit meinen Werten?
- **Biografiearbeit:** Wozu bin ich auf die Erde gekommen? Was will ich hier wirklich? Was sind meine tieferen Motive für meine Entscheidungen und mein Handeln?
- **Schattenarbeit:** Wie kann es mir gelingen, hinter dem Schatten das Licht zu erkennen? Den Schatten (Dämon) nicht als Finsteres ansehen - worauf weist er mich hin?

Modul 2 - Mein Partner oder meine Partnerin

- **Wer ist mein Gegenüber?** Mein Gegenüber in erster Linie als Mensch sehen, nicht in einer Rolle. Bin ich bereit, anzuerkennen, dass mein Gegenüber in erster Linie ein Mensch ist, der bestimmte Verhaltensweisen hat, durch die er seine Bedürfnisse ausdrückt?
- **Biografiearbeit mit meinem Gegenüber:** Wie ist diese Person groß geworden, wo kommt sie her, warum ist sie auf Erden? Welche Liebeserfahrungen hat sie? Dieser Vorgang verlangt, dass ich mich mit der Biografie dieses Wesens vertraut mache
- **Wertschätzung für mein Gegenüber zeigen** und sich dem anderen gegenüber konkret und aufrichtig ausdrücken
- **Sich in der Partnerschaft spiegeln:** Was kann ich erkennen und über mich lernen?
- **Glaubenssätze in unserer Beziehung:** verzaubern und verwandeln

Modul 3 - Wir

- **Bedürfnisse wahrnehmen und ausdrücken:** Bedürfnisse von Strategien klar unterscheiden
- **Gewaltfreie Haltung im Beziehungsalltag verankern**
- **Mit Konflikten und „wunden Punkten“ in der Partnerschaft umgehen:** als Geschenk erkennen und nicht als Problem. Alte „Stellvertreterkriege“ endlich auflösen
- **In der eigenen Mitte bleiben:** Nicht in die Rolle von Täter, Opfer oder Retter treten – die Spannung halten
- **Aus Mauern Brücken bauen** und über diese Brücken zum anderen gehen
- **Neue Facetten** an meinem Gegenüber wahrnehmen und diese als eine Bereicherung für unser Zusammenleben sehen

Modul 4 - Die Liebe

- **Die Sprachen der Liebe:** Kenne ich meine Sprache der Liebe und die meines Gegenübers?
- **Fähigkeiten und Werkzeuge für den Alltag gemeinsam entwickeln:** Was nährt unsere Verbindung?
- **Wofür entscheide ich mich bewusst jeden Tag:** Welche Vorstellungen möchte ich bewusst loslassen? Welche heilenden Handlungen bin ich bereit anzubieten?
- **In der Balance bleiben:** einen guten Ausgleich finden zwischen „sich selbst treu bleiben“ und „sich gemeinsam weiterentwickeln“. Und bin ich mir bewusst, dass das nicht von heute auf morgen geht? Und dass ich gute Werkzeuge brauche und Menschen, die mich dabei begleiten und unterstützen?

Methoden

- Teilnehmerzentrierte Seminarleitung und prozessorientierte Plenumsarbeit
- Dialogische Gesprächsformen
- Rollenspiele zu Anliegen der Teilnehmenden
- Zwiesgespräche und Dyadenarbeit
- Brückenübungen als lebendiges Beziehungslabor
- Achtsamkeitsübungen und Körperarbeit zur Förderung der empathischen Haltung

Nachhaltiges Lernen

- Unterstützende Kontakte unter den Teilnehmenden zwischen den Modulen
- Vertiefende Aufgaben zwischen den Modulen
- Jeweils ein bis zwei Zoom-Konferenzen zum gegenseitigen Austausch zwischen den Modulen
- Weitere TN-Treffen nach diesem Seminarzyklus

Termine

11. – 13. April 2025	4 x 2,5 = Fortbildungstage:
16. – 18. Mai 2025	jeweils Freitag bis Sonntag
18. – 20. Juli 2025	Freitag: 16:00 – 20:00 Uhr, Samstag: 10:00 – 18:00 Uhr,
24. – 26. Oktober 2025	Sonntag: 10 – 17:00 Uhr

Teilnehmerzahl

Um intensiv arbeiten zu können, möchten wir die Gruppengröße auf 10 Personen beschränken.

Verpflegung

Snacks, Gebäck und Getränke werden zur Verfügung gestellt. Die Teilnehmer*innen bringen für Freitag und Samstag für das gemeinsame Buffet „Leckereien“ mit. Am Sonntag beabsichtigen wir, gemeinsam essen zu gehen.

Investition / Seminargebühr

Die Seminargebühr beträgt zwischen 250 € und 300 € (nach Selbsteinschätzung) pro Person und Seminarwochenende. Der Gesamtpreis für die vier Module beträgt demnach 1.000 € bis 1.200 € pro Person (zzgl. 19 % MwSt. bei Umsatzsteuerpflicht). Die Seminarreihe kann nur komplett gebucht werden. Nach Absprache ist Ratenzahlung möglich: z.B. 4 mal 250 €, jeweils 3 Wochen vor Beginn eines Moduls.

Hinzu kommt die Tagungspauschale (für Verpflegung, Getränke etc.) von 50 € pro Modul und Person. Bitte zahlen Sie die Tagungspauschale während des Moduls in bar.

Die komplette Seminargebühr ist auch fällig, wenn Sie an einem Modul nicht teilnehmen können.

10% der Einnahmen dienen der Unterstützung des Center for Nonviolent Communication zur Finanzierung internationaler Projekte (www.cnv.org).

Seminarort - Übernachtungsmöglichkeiten

Dialog Forum
Jungviehweide 9
69509 Mörlenbach
Tel: 06209 – 796570 (nur während des Seminars!)

Lageplan und Wegbeschreibung unter www.dialog-forum.com

Wenn Sie eine Übernachtungsmöglichkeit brauchen, unterstützen wir Sie gerne bei der Vermittlung.

Information und Anmeldung

Bitte melden Sie sich schriftlich mit dem beiliegenden Anmeldebogen an.

Gerne beantworte ich Ihre Fragen und freue mich auf Ihren Anruf!

Eberhard Schererz
Tel: 0177 2625171
eberhard-schererz@gmx.de



Anmeldung

Bitte bis spätestens Freitag, **28. Februar 2025** zurücksenden

Dialog Forum
Eberhard Schererz
Im Birkets 22c
69509 Mörlenbach



... ich komme ...

oder per Fax: 06209 712 218
oder per Mail: eberhard-schererz@gmx.de

Paarseminar

***In lebendiger und freudvoller Verbundenheit sein
Sich begegnen, ohne sich zu verbiegen -
Was sagt die Liebe? - Ein Seminar für mutige Paare!***

Ich **melde mich verbindlich an** für das Seminar vom **11.04. – 26.10.2025** (4 Module à 2,5 Tage). Die Teilnahmegebühr pro Person von 1.000 bis 1.200 Euro (nach Selbsteinschätzung) überweise ich auf untenstehendes Konto.
Verwendungszweck: „Paarseminar 2025, TN-Name“
(bei Umsatzsteuerpflicht: zuzüglich 19% Mehrwertsteuer)

(Anzahlung 250 € bei Anmeldung, Restbetrag bis spätestens 28. Februar 2025)

Bankverbindung: Eberhard Schererz, IBAN: DE24 6609 0900 3977 2956 06
BIC: GENODEF1P10, PSD Bank Karlsruhe-Neustadt eG

Name, Vorname: _____

Straße: _____ Ort: _____

Telefon / Fax: _____ E-Mail: _____

Datum und Unterschrift: _____

Das Kleingedruckte:

Mit Eingang Ihrer Zahlung ist Ihre Anmeldung verbindlich. Ich versichere, dass ich Ihre Daten nicht verkaufe oder an Dritte weitergebe. Ich werde Ihre Daten in geringem Umfang dazu nutzen, Sie über weitere Seminare und Veranstaltungen zu informieren.

Rücktrittsrecht

Vielleicht können Sie durch unvorhersehbare Umstände nicht am Seminar teilnehmen. Wenn Sie uns dann bis sieben Wochen vor dem Seminarbeginn schriftlich absagen, berechnen wir € 50,- als Bearbeitungsaufwand.

Selbst nach diesem Zeitpunkt heißen wir gerne jemand willkommen, der an Ihrer Stelle teilnehmen will. Wenn dies nicht möglich ist und auch keine Teilnehmerin von der Warteliste nachrücken kann, wird eine Rücktrittsgebühr in Höhe von 50% der Seminargebühr fällig. Bei einer Absage nach dem 28. März 2025 berechnen wir die volle Gebühr, es sei denn, jemand kann an Ihrer Stelle den Platz einnehmen.

Wir sind auf sichere Einnahmen angewiesen, gleichzeitig möchten wir niemanden finanziell unnötig belasten, der kurzfristig z.B. aus Krankheitsgründen nicht teilnehmen kann. Daher empfehlen wir den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, die dann auch für den Ausfall der Seminargebühren eintritt. Sie erhalten eine solche Reiserücktrittsversicherung in jedem Reisebüro oder im Internet z.B. unter <http://www.erv.de>