

## Sie sind in der Grund-Ausbildung richtig, wenn Sie:

- Ihr Verständnis der GFK vertiefen wollen
- flüssiger gewaltfrei kommunizieren möchten
- GFK noch besser in Ihren Alltag, sei es privat oder beruflich, integrieren wollen
- echten Veränderungen in Ihrem Leben erreichen möchten
- den Weg der Zertifizierung als Trainer/in einschlagen wollen: die 12 Tage werden als ein Teil der dafür nötigen Voraussetzungen anerkannt.

Die Teilnahme an einer Jahresgruppe wird als Baustein für die Zertifizierung als Trainer:in des Centers for Nonviolent Communication (CNVC) empfohlen. Die Trainerzertifizierung ist ein eigener Prozess, der vom CNVC entwickelt wurde.

Infos dazu gibt es unter [www.dach.gfk-info.de](http://www.dach.gfk-info.de) oder bei Doris Schwab.

Der Kurs ist so ausgelegt, dass eine Teilnahme nur an einzelnen Wochenenden nicht möglich ist.

## Anmeldung und organisatorische Fragen:

- Anmeldung über das Anmeldeformular auf der Website: [www.hospitalhof.de](http://www.hospitalhof.de)
- Die Plätze werden nach der Reihenfolge der Anmeldung vergeben.
- Gegebenenfalls werden wird eine Warteliste geführt.
- Nach Zahlung der ersten Rate wird der Platz reserviert und bestätigt.

## Kontakt für inhaltliche Fragen:

Doris Schwab, Tel 0711 / 540 66 19, [mail@Doris-Schwab.de](mailto:mail@Doris-Schwab.de)



# Grund-Ausbildung Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg 2023/24



## mit Doris Schwab

zertifizierte Trainerin des  
„Center for Nonviolent Communication“

Evang. Bildungszentrum Hospitalhof Stuttgart, Büchsenstr. 33, 70174 Stuttgart,  
Tel. 0711/20 68–150; Fax:–327; E-Mail: [info@hospitalhof.de](mailto:info@hospitalhof.de); [www.hospitalhof.de](http://www.hospitalhof.de)

## Das Angebot:

In einer vertrauten Gruppe von Menschen wollen wir mehrere Monate an der Gewaltfreien Kommunikation dranbleiben.

Im ersten Block werden wir uns kennen lernen und intensiv ins Thema einsteigen.

Die weiteren Blöcke werden jeweils unter einem Thema stehen, wir erarbeiten die theoretischen Grundlagen, die dann an eigenen Beispielen umgesetzt werden. Daneben wird es Raum geben, auf das einzugehen, was in der Gruppe oder bei Einzelnen gerade lebendig ist.

In der Zeit zwischen den Blöcken kann sich das Erarbeitete setzen und im Alltag erprobt und eingeübt werden.

Wir legen Wert auf die innere Haltung, die Spiritualität und das individuelle Wachsen im jeweils eigenen Prozess.

## Die Inhalte:

die Modelle der GFK

- die vier Elemente
- das 4-Ohren-Modell
- der Giraffentanz
- das Ärger-Modell
- GFK bei inneren Konflikten
- GFK und Mediation
- Schlüsselunterscheidungen
- GFK und herkömmliche Kommunikation

Prozesse

- sich aufrichtig ausdrücken
- empathisch hören
- Empathie geben / Selbsteinführung
- Kritik hören und äußern
- bedauern und bereuen
- Wertschätzung / Dank annehmen und geben

Grundlagen

- Absichten und Ziele der GFK
- Haltung der Gewaltfreiheit
- Menschenbild und Weltsicht
- Spiritualität
- Veränderungsebenen: innermenschlich, zwischenmenschlich und sozialer Wandel

Organisation und Strukturen

- Marshall Rosenberg
- CNVC und weltweite Vernetzung
- Feiern und Betrauern / Remembering

## Trainerin:

**Doris Schwab**, systemische Beraterin, Erzieherin  
Zertifiziert vom Center for Nonviolent Communication (CNVC) als Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation; in der Trainer:innenausbildung als Assessorin tätig. Je nach Gruppengröße ggf. mit Assistenztrainer:in

## Termine:

### Kostenfreier Infoabend:

**Di 18.07.23, 18:30-20:00 Uhr, Hospitalhof**

Für eine individuelle Beratung steht die Trainerin im Anschluss zur Verfügung.

### 12 Ausbildungstage an folgenden Terminen:

Die Grundausbildung besteht aus vier Blöcken zu je 3 Tagen:

Do-Sa 12.-14.10.23

Do-Sa 14.-16.12.23

Do-Sa 22-24.02.24

Di-Mi 09.-11.04.24

Do und Fr (bzw. Di und Mi) 09:00-17:00 Uhr, Sa (bzw. Do) 09:00-13:30 Uhr

Zwischen den Modulen finden selbständig organisierte Interventionsgruppen statt.

**Gruppengröße:** 10 – 14 (bzw. 18) Teilnehmende

**Ort:** Hospitalhof Stuttgart, Büchsenstr. 33, 70174 Stuttgart (S-Bahn-Haltestelle Stadtmitte)

### Voraussetzungen:

mindestens ein Einführungsseminar bei einem zertifizierten Trainer / einer zertifizierten Trainerin

### Kosten:

1.190,00 €. Bei Zahlung in vier Raten: 1.250,00 €.