



FRIEDENSZENTRUM
MARTIN NIEMÖLLER HAUS E.V.

Einführungsseminar

Gewaltfreie Kommunikation

- eine Sprache des Lebens

(nach Marshall Rosenberg)

Zeitraum: 12. - 14. September 2025 (Fr. 18 Uhr bis So. 14:30)

Ort: Martin-Niemöller-Haus, Pacelliallee 61, 14195 Berlin

Seminarleitung: Prof. em. Dr. Gottfried Orth
(Seminar für Evang. Theologie und Religionspädagogik, TU Braunschweig)

Ziel des Seminars ist die Einführung in das Kommunikationsmodell „Gewaltfreie Kommunikation“ nach Marshall Rosenberg. Der Schwerpunkt liegt hierbei auf dem Kennenlernen und der Einübung der vier grundlegenden Schritten:

1. Trennung von Beobachtung und Bewertung
 2. Wahrnehmen unserer Gefühle und Ausdrücken unserer Befindlichkeit
 3. Bedürfnisse erkennen: sowohl meine als auch die Bedürfnisse anderer herausfinden aufgrund der Situation und meiner Gefühle
 4. Klare, freundliche Bitten formulieren: Bitten statt fordern
- ▶ Sensibilisierung für unterschwellige und unbewusste Gewalt im dienstlichen oder privaten Bereich und wie diese zu einer gewaltfreien Sprache und Handlungsform gewandelt werden kann.
 - ▶ Wertschätzung und Empathie als Grundlage einer humanen, friedfertigen Haltung.

Info und Anmeldung:

Friedenszentrum Martin Niemöller Haus e.V.

c/o Ulrich Sonn: ulisonn1@gmail.com, Tel.: 030 - 833 33 87

Kosten: 60 € (inkl. 2 x Abendessen, 2 x Mittagessen)

Die Teilnahme während der Gesamtzeit des Seminars ist verbindlich.

Die Anzahl der Teilnehmer/innen ist auf 14 begrenzt.