



FRIEDENSZENTRUM
MARTIN NIEMÖLLER HAUS E.V.

Einführungsseminar

Gewaltfreie Kommunikation

- eine Sprache des Lebens

(nach Marshall Rosenberg)

Zeitraum: 31.10. - 01.11.2026 (Sa. 9:30 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:

- ▶ Wertschätzung und Empathie als Grundlage einer humanen, friedfertigen Haltung.
- ▶ Sensibilisierung für unterschwellige und unbewusste Gewalt im privaten oder dienstlichen Bereich. Wie kann diese zu einer gewaltfreien und wertschätzenden Sprache und Handlungsform umgewandelt werden?
- ▶ Einübung von vier grundlegenden Schritten zu einer gelingenden Kommunikation:
 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

Info und Anmeldung:

Friedenszentrum Martin Niemöller Haus e.V.
post@friedenszentrum-martin-niemoeller-haus.de
Tel.: 030 2009 8506

Kosten: 80€ (inkl. 2 x Mittagessen und 1 x Abendessen)

Die Teilnahme während der Gesamtzeit des Seminars ist verbindlich.
Die Anzahl der Teilnehmenden ist auf 14 begrenzt!