



# Gewaltfreie Kommunikation

17. GFK-Workshop-Tage in München

Samstag/Sonntag 11./12.01.2020

2 Tage - 34 Trainer\*innen - 35 Workshops



Am 11./12.01.2020 laden 34 Münchner Trainer\*innen dazu ein, die Gewaltfreie Kommunikation in verschiedenen Anwendungsbereichen in Beruf und Alltag kennen zu lernen. Sie können bis zu 3 Workshops pro Tag besuchen. So lernen Sie verschiedene Trainer\*innen und Anwendungsmöglichkeiten der Gewaltfreien Kommunikation kennen. Zudem gibt es spezielle Angebote für Einsteiger\*innen und Fortgeschrittene.



**Kostenfreier und öffentlicher Vortrag unter dem Motto:**  
**Gewaltfreie Kommunikation und die Liebe - Ein praktischer Wegweiser im Irrgarten von Philía, Eros und Agape**

**mit Esther Gerdts**



Esther Gerdts ist Pädagogin für psychosomatische Gesundheitsbildung IPSG, zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation und Mitglied des internationalen AssessorInnen Teams CNVC, Mediatorin BM, Coach und Herzsprechen®-Trainerin, sowie Trainerin für Autogenes Training und Hatha-Yogalehrerin. Sie bietet offene Seminare und Ausbildungen in Gewaltfreier Kommunikation und Firmenseminare an und hat Praxiserfahrung in der Moderation von „Restorative Circles“, systemischem Konsensieren und der soziokratischen Kreisorganisationsmethode.



## Veranstaltungsort

Kulturzentrum Milbertshofen  
Curt-Mezger-Platz 1  
80809 München

Voll rollstuhlgänglich  
U-Bahnhaltestelle Milbertshofen

## Veranstalter

Netzwerk Gewaltfreie Kommunikation München e.V.  
Postfach 86 07 69, 81634 München  
www.gewaltfrei-muenchen.de

**Kontakt bei Fragen**  
kontakt@gewaltfrei-muenchen.de  
Tel.: +49(0)89 21 55 83 69



## Anmeldung zu den Workshops

Nur online unter: [www.gewaltfrei-muenchen.de](http://www.gewaltfrei-muenchen.de)

Der Vertrag kommt mit der Buchung zustande. Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung. Die Stornobedingungen finden Sie unter [www.gewaltfrei-muenchen.de](http://www.gewaltfrei-muenchen.de).

**Beitrag:** Normalpreis 20 € pro Workshop, mit Ermäßigung für Mitglieder des Netzwerkes Gewaltfreie Kommunikation München e.V. 18 €. Geringverdiener zahlen 10 € pro Workshop.



[www.gewaltfrei-muenchen.de](http://www.gewaltfrei-muenchen.de)

Samstag, 10:00 - 12:00	
1-1	<b>Petra Porath</b> Konfliktverhalten reflektieren; Erkunden Sie die Welt der Mediation als Weg zur Zufriedenheit aller.
1-2	<b>Elisabeth Sachers</b> Selbstbewusster Umgang mit Vorwürfen und Beschwerden.
1-3	<b>Frank Gaschler</b> Worum geht es, wenn "meine Ordnung" gegen "deine Un-Ordnung" steht?
1-4	<b>Alexio Schulze-Castro</b> Blitz Einführung in die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation   Teil 1
1-5	<b>Steffi Schnichels</b> Wie drückt man wirkungsvoll und in "high quality" Wertschätzung/ Dankbarkeit aus statt "einfach" zu loben?
1-6	<b>Andi Schmidbauer</b> Liebe deinen Nächsten wie dich selbst!? – Eine Spurensuche auf dem Weg zu mehr (Selbst-)Liebe?

Samstag, 13:30 - 15:30	
2-1	<b>Esther Gerdts - VORTRAG</b> Gewaltfreie Kommunikation und die Liebe - Ein praktischer Wegweiser im Irrgarten von Philía, Eros und Agape.
2-2	<b>Beate Echter &amp; Florian Peters</b> „Ich brauche Dich!“ Ein Wegweiser von Abhängigkeit zu innerer Freiheit.
2-3	<b>Jakob Schmilinsy</b> Liebe – das Herz der GFK Spiritualität – Liebe – GFK; wie hängt das zusammen?
2-4	<b>Karin Poestges &amp; Anke Schuster</b> Komplizierte Beziehungen + GFK können Selbständigkeit, Selbstachtung, Verantwortung und Liebe fördern.
2-5	<b>Gabriele Lindemann</b> LEBEN LIEBEN LERNEN – Sackgassen verlassen und das Leben tanzen.
2-6	<b>Jürgen Abel</b> GFK kennenlernen und ausprobieren   Teil 1; Für Interessenten, vor dem Besuch eines ersten Seminars.

Samstag, 16:00 - 18:00	
3-1	<b>Jens Oßwald</b> Verdeckte Ermittlung - Der GFK-Prozess für alle, die Ihr Thema für sich behalten möchten und dennoch bearbeiten wollen.
3-2	<b>Florian Peters</b> Hier lernen Frauen und Männer gemeinsam, wie sie mühelos potentielle „Liebespartner“ kennenlernen.
3-3 VK	<b>Andree Millinger</b> Wir erforschen Hindernisse, die wir der Liebe in den Weg stellen & Strategien zum besseren Selbstlieben.
3-4	<b>Alexio Schulze-Castro</b> Blitz Einführung in die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation   Teil 2
3-5 VK	<b>Luise Katzmann</b> Selbstwert durch Selbstempathie: Gefühle wahrnehmen, mit eigenen Bedürfnissen verbunden sein.
3-6	<b>Jürgen Abel</b> GFK kennenlernen   Teil 2; Vertiefung der GFK mit Übungskarten, einer Geschichte und Austausch.

Sonntag, 10:00 - 12:00	
4-1	<b>Susanne und Michael Kraft</b> Wir werden praktisch üben, über die gewohnten Gesprächs- und Streit-Muster hinaus Verbindung zu schaffen.
4-2	<b>Claudia Haverich</b> Die Liebe nähren – Auftanken in der Partnerschaft – Gelingende Beziehungen leben mit GFK   für Paare
4-3	<b>Beate Echter &amp; Daniela Jehn</b> „NEIN!“ Neue Wege entdecken im Umgang mit einem NEIN.
4-4	<b>Brunhilde Kattesch</b> Der Microzirkel hilft Kindern Konflikte zu klären und eigene Lösungsstrategien zu entwickeln.
4-5	<b>Anne-Kristin Sturm</b> Selbstliebe. Was bedeutet das eigentlich? Und ist sie wirklich so wichtig? Und die Verbindung zur GFK?
4-6 VK	<b>Judith Pfeiffer</b> Bitte! Mach dein Leben reicher und schöner! Lerne, das Potential von Bitten an dich und andere zu nutzen.

Sonntag, 13:30 - 15:30	
5-1	<b>Susanne Kraft</b> Welches Wunder wird möglich, wenn sein darf, was wahr IST?
5-2	<b>Simone Pfeiffer</b> Selbstliebe bedeutet Selbstannahme. Ein Workshop für Lebensfreude, Selbstbewusstsein und Leichtigkeit.
5-3	<b>Sabine Lohrmann</b> Dankbarkeit – ein Weg, mein Leben zu verändern. Eine Pflegeanleitung für das kostbarste unserer Gefühle.
5-4	<b>Daniela Happel</b> Für den Unternehmenskontext ist nicht jedes Wort passend, hier lernen Sie das für Sie passende Vokabular.
5-5	<b>Anke Kalinke</b> Gewaltfreie Kommunikation als Schlüssel zum Glück? – Impulse für ein glückliches Leben.
5-6	<b>Angelika Hankele</b> Nur wenn wir als Paar in unserer Polarität sind, entsteht Anziehung und Intimität.

Sonntag, 16:00 - 18:00	
6-1 VK	<b>Christian Hinrichsen</b> Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst in der Welt /Gandhi; Exempl. Prozess wie Jahrestraining.
6-2	<b>Marion Nebbe</b> Anleitungen und Übungen um kommunikatives Feingefühl für sich selbst und andere zu entwickeln.
6-3	<b>Julia Ott</b> Du möchtest Klarheit, was im neuen Jahr wichtig für Dich ist und den intuitiven Zugang des Malens nutzen?
6-4	<b>Angelika Hankele &amp; Farina Simbeck</b> Paar Gespräche – Wie geht das? Zuneigung wächst, je mehr wir von einander erfahren   für Paare
6-5	<b>Günter Herold</b> Liebe und Gewaltfreiheit sind eine Einheit. Was bietet die GFK unter dem Aspekt der Selbstliebe?
6-6	<b>Conny Pinnekamp</b> Liebe in der Balance zwischen mir und dir.

VK = zu diesen gekennzeichneten Kursen sind GFK-Vorkenntnisse erwünscht.