



## ***Coachingausbildung auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation***

*Berufsbegleitende Fortbildung in 5 Modulen  
(insgesamt 15 Ausbildungstage)*

### **Coachingausbildung auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation**

Die Coaching Ausbildung auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation trägt dazu bei, dass Absolvent\*innen in der Lage sind, Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung zu unterstützen. Verfeinertes Körperbewusstsein, gesteigerte Empathiefähigkeit sowie systemisches Verständnis, wird durch vier erfahrene Trainer\*innen vermittelt.

---

**29.10., 05.06.2027**

Do. 09:30 - 17:30  
Sa. 09:30 - 17:30

IndiTO Bildung  
Training und Beratung  
Estermannstr. 204  
53117 Bonn

2700,00 € (Selbstzahlende),  
2.900,00 € (Firmen NGO bzw. Gemeinnützig),  
3.200,00 € (Firmen),  
Ermäßigung auf Anfrage möglich

[Details & Anmeldung](#)

## Körperbewusstheit \* Empathie-Kompetenz \* System-Verständnis

Diese Coaching Ausbildung trägt dazu bei, dass Absolvent\*innen in Einzel-, Paar, Gruppen- und Teamsitzungen besser in der Lage sind, aus der Haltung der Gewaltfreien Kommunikation heraus zu agieren und Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung zu begleiten.

Coaching auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation bedeutet vor allem das Gegenüber in der Schönheit ihrer/seiner Möglichkeiten zu sehen und bei der Entfaltung des innewohnenden Potentials zu begleiten. Dafür braucht es die Bereitschaft eigene Vorstellungen loszulassen und dem Prozess und der Lebensweisheit des Coachees zu vertrauen. Diese Ausbildung bestärkt Sie darin, authentisch zu sein und auf dem Fundament von Erfahrung, Wissen und Methodenvielfalt Ihrer Intuition zu folgen. So entfaltet sich die Weisheit des Prozesses, der durch den einzigartigen Kontakt zwischen Ihrem Coachee und Ihnen in der jeweiligen Coaching Situation entsteht.

### **Ziele der Ausbildung**

- Aufbau einer tiefen, stabilen Beziehung zu sich selbst - Erweiterung methodischer Kompetenzen zur Begleitung von Entwicklungsprozessen - Verinnerlichung der GFK-Haltung im beruflichen und privaten Alltag - Entwicklung von Selbstwahrnehmung und Selbstregulation - Fähigkeit, Räume zu halten und Prozesse präsent zu begleiten

### **Inhalte der Ausbildung**

Persönliche Entwicklung als Coach:

- Authentizität und Selbstbild - Eigene Stärken und Wachstumsfelder erkennen - Selbstregulation und Empathie-Kompetenz - Abbau von Feindbildern und Stereotypen

Coaching-spezifische Inhalte:

- Ressourcen stärken und Resilienz erweitern - Klärungs- und Entscheidungsprozesse - Innere Arbeit und Zielorientierung - Entwicklung eines tiefen Verständnisses für individuelle und systemische Dynamiken

### Die Module im Überblick

Körperwahrnehmung und Empathie-Kompetenz:

Dieses Modul fördert die Verbindung von Körper, Seele und Geist, um Ressourcen für persönliche Entwicklung zu aktivieren. Es umfasst Übungen zur Körperbewusstheit, Resilienz und Ressourcenstärkung sowie die Erweiterung der Empathiefähigkeit, um Menschen in Selbsteinfühlungsprozessen begleiten zu können.

Selbstarbeit:

Hier liegt der Fokus auf der Erforschung und Transformation von Glaubenssätzen, Handlungsstrategien und Lebensmustern, die Blockaden im Handlungsspielraum verursachen. Es werden Modelle der inneren Anteile und Prozesse zur Innenschau vermittelt. Entscheidungsprozesse und systemische Konflikt-Dynamik:

Dieses Modul vermittelt das Verständnis systemischer Konfliktstrukturen. Durch Positionsarbeit werden Konfliktparteien in eine stimmige Ordnung gebracht, um Gefühle zu verändern. Es werden Methoden zur Begleitung von Entscheidungsprozessen und Persönlichkeitsentwicklung vorgestellt.

Potentialentfaltung und Coaching im 2er Setting:

Der Schwerpunkt liegt auf der Begleitung von Entfaltungsprozessen und dem Heben verborgener Ressourcen. Zudem wird das Coaching in Zweier-Settings geübt, um Empathie zu geben und gemeinsam ein lebendiges Wir zu gestalten.

Empathie, Synergie und Gruppencoaching:

Mit GFK-plus werden Teams und Gruppen analysiert und gestärkt, um konfliktfähige, zukunftsorientierte Zusammenarbeit zu fördern. Zudem geht es um das Thema "Räume halten" und Gruppen anzuleiten.

### **Nutzen der Ausbildung**

- Fähigkeit, Menschen wertschätzend und zielorientiert zu begleiten - Erweiterung der Selbstregulations- und Präsenzfähigkeiten - Vertiefung der Selbstbeziehung als Begleitende/r - Gesprächsführung, die zum Wesentlichen führt - Mut und Entschlossenheit, auch schwierige Themen anzusprechen - Bewusstheit für passende Werkzeuge je nach Situation - Sicheres Begleiten in herausfordernden Situationen - Raumhalten und Stabilisierung der Klienten - Abbau hinderlicher Glaubenssätze und Stärkung der eigenen Ressourcen - Mitgefühl im Umgang mit sich selbst und anderen - Nutzung von Störungen als Lernchancen

### **Teilnahmevoraussetzungen**

Vorausgesetzt wird eine abgeschlossene 15-tägige Grundausbildung in Gewaltfreier Kommunikation bei zertifizierten CNVC-Trainer\*innen. Alternativ sind auch andere Voraussetzungen möglich, die in einem persönlichen Gespräch geklärt werden.

### **Ausbildungskonzept**

Die Ausbildung erstreckt sich über mehrere Monate und umfasst 15 Tage Präsenzunterricht in fünf Modulen à drei Tage. Zwischen den Modulen braucht es 1-3 Tage Zeit für Vor- und Nachbereitung, Übungskoachings und Reflexionen, Arbeitsgruppentreffen.

Modul 1: 29. - 31.10.2026

Modul 2: 28. - 30.01.2027

Modul 3: 18. - 20.03.2027

Modul 4: 29.04. - 01.05.2027

Modul 5: 03. - 05.06.2027

### **Methodik und Arbeitsweise**

Die Trainer\*innen vermitteln theoretische Grundlagen, praktische Werkzeuge und laden die Teilnehmenden ein, durch Begleitung und Feedback voneinander zu lernen. Es gibt einen lebendigen Wechsel zwischen Theorie und Praxis, wobei die Erfahrung im Mittelpunkt steht.

#### **Abschluss**

Die Ausbildung schließt mit einer vom Bildungsträger und von den Trainer\*innen ausgestellten Teilnahmebestätigung ab. Sie erhalten eine Bescheinigung über die tatsächlich besuchten Ausbildungstage und die Inhalte der Ausbildung.

Die Ausbildung ist ein Baustein für die internationale Trainer\*innenzertifizierung durch das CNVC (Center for Nonviolent Communication) oder für die Anerkennung durch den deutschen Fachverband, falls Sie eine dieser Mitgliedschaften wünschen.

#### **Gesonderte Stornobedingungen**

Ein Rücktritt wird nur schriftlich akzeptiert. Maßgebend für die Rechtzeitigkeit des Rücktritts ist der Eingang der Rücktrittserklärung bei IndiTO. Treten Sie bis 8 Wochen vor Seminarbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 35,00 Euro. Bei einem Rücktritt bis 4 Wochen vor Beginn werden 20%, bei einem Rücktritt bis zwei Wochen vor Beginn 50% der Seminargebühren fällig. Danach wird der Gesamtbetrag einbehalten/nachgefordert. Bei Nichtteilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung. Falls wir die Veranstaltung absagen müssen, geben wir Ihnen so früh wie möglich Bescheid und erstatten den Beitrag. Um Härten zu vermeiden, empfohlen wird den Abschluss einer Seminarrücktrittsversicherung (z.B. Ergo, Hanse Merkur etc.).

---

## **Dozierende**



#### **Gabriel Fritsch**

**Gabriel Fritsch** erforscht seit etwa zwei Jahrzehnten die Grundlagen eines gelingenden Miteinanders nach den Gesichtspunkten der Gewaltfreien Kommunikation. Er ist einer der kreativsten Entwickler neuer Methoden, Modelle und Tools und Autor mehrerer Sachbücher zu diesem Thema.



#### **Silvia Hoffmann**

**Silvia Hoffmann** ist Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Heilpraktikerin für Psychotherapie, NARM- und Paartherapeutin. Seit 30 Jahren begleitet sie Eltern, Teams und Einzelne in Entwicklungs- und Heilungsprozessen. Ihr Fokus: Beziehung, Lebendigkeit, Co-Kreativität, Mediation und Supervision.



#### **Irmtraud Kauschat**

**Irmtraud Kauschat** ist CNVC-zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation und begleitet ZertifizierungskandidatInnen als Assessorin.



#### **Anja Ufermann**

**Anja Ufermann** ist Dipl. Pädagogin, Coach & Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC). Sie bietet offene Trainings von der Einführung bis zur Coachinausbildung an. Inhouse berät sie Menschen in unterschiedlichen beruflichen Kontexten. Sie ist Mitbegründerin des GFK Tages in Bonn & Köln sowie des Munich Peace Meetings.