



## ***Gewaltfreie Kommunikation weitergeben – mit Klarheit, Haltung und Freude***

*Ein Seminar für angehende und aktive Trainer\*innen  
der GFK*

### **Gewaltfreie Kommunikation weitergeben – mit Klarheit, Haltung und Freude**

Du möchtest Gewaltfreie Kommunikation weitergeben – mit Klarheit, Haltung und Freude? In diesem 5-tägigen Seminar vertiefst du Inhalte, entwickelst deine Präsenz als Trainer\*in und lernst, lebendige GFK-Räume zu gestalten und empathisch zu begleiten.

---

**Mo-Fr, 18.05. – 22.05.2026**

Mo. 09:30 - 18:00  
Di. 09:30 - 18:00  
Mi. 09:30 - 18:00  
Do. 09:30 - 18:00  
Fr. 09:30 - 18:00

IndiTO Bildung  
Training und Beratung  
Estermannstr. 204  
53117 Bonn

500,00 € für Selbstzahlende,  
600 € für gemeinnützige Organisationen/NGO,  
700 € Firmenpreis

[Details & Anmeldung](#)

Du hast bereits Erfahrungen mit Gewaltfreier Kommunikation gesammelt und spürst den Wunsch, sie weiterzugeben? Vielleicht leitest du bereits Gruppen oder überlegst, wie du deinen nächsten Schritt gehen kannst?

In diesem fünftägigen Bildungsurlaub erhältst du dafür Klarheit, Inspiration und praktische Werkzeuge. Gemeinsam widmen wir uns drei zentralen Aspekten:

#### Verstehen

Wir vertiefen zentrale Elemente der GFK, wie die vier Schritte, das Menschenbild und weitere wichtige Schlüsselunterscheidungen.

#### Verkörpern

Du entwickelst deine Präsenz als Trainer\*in und reflektierst deine Haltung. Wir arbeiten mit inneren Anteilen, Selbstempathie und herausfordernden Themen, wie z.B. Macht, Geld, Feedback und Gruppendynamik

#### Vermitteln

Du lernst, wie du Lernräume aufbaust, Übungen anleitest und empathisch mit Teilnehmer\*innen in Kontakt bleibst – auch in anspruchsvollen Situationen.

#### Lernziele

Sicherheit im Umgang mit den zentralen GFK-Konzepten gewinnen

- Eigene Haltung und Präsenz als Trainer\*in stärken - Gruppenprozesse sensibel begleiten können - Feedback geben und empfangen auf Augenhöhe

#### Methoden

- Praktische Übungen & Rollenspiele - Kleingruppenarbeit & Reflexion - Inputs & Demo-Situationen - Innere Arbeit und Selbstreflexion

#### Themen & Inhalte

- Vertiefung der GFK-Grundelemente & Schlüsselunterscheidungen - Trainingsaufbau & Methodenwahl - Umgang mit Gruppendynamik & Konflikten - Selbstklärung und Umgang mit inneren Konflikten

#### Zielgruppe

Dieses Seminar richtet sich an Menschen mit GFK-Erfahrung, die GFK weitergeben oder vertiefend begleiten möchten – ob im beruflichen, ehrenamtlichen oder privaten Kontext. Die 5 Tage sind für die Trainer\*innenzertifizierung beim Centre for Nonviolent Communication (CNVC) oder für die Anerkennung beim GFK Fachverband anrechenbar.

#### Stornobedingungen

Treten Sie bis 6 Wochen vor Kursbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 35,00 Euro. Bei einem Rücktritt zwischen 6 und 2 Wochen vor Beginn werden 50% des Veranstaltungspreises fällig. Bei späterem Rücktritt, Nicht-Teilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung.

---

## Dozierende



### Johannes Henn

**Johannes Henn** ist zertifizierter Trainer und Assessor für Gewaltfreie Kommunikation (GFK). Früher Holz-Handwerker, heute Friedens- und Verbindungshandwerker, begleitet er Menschen auf ihrem Weg zu mehr Liebe, Klarheit und Mitgefühl. Mit seiner Leidenschaft, GFK als Haltung und Werkzeug weiterzugeben, fördert er in Seminaren und Mediationen echte Verbindung und ein tiefes Miteinander.



### Marcus Strittmatter

**Marcus Strittmatter** GFK-Trainer, weil er allen die Chance und Möglichkeit nach Wachstum und Entwicklung wünscht - hin zu

-> mehr Verbindung mit sich und seinen Mitmenschen

-> andere Formen der Konfliktklärung und

-> einem achtsamen Miteinander, wo die Bedürfnisse aller Lebewesen eine Rolle spielen.

Und dazu trägt er sehr gerne bei!