



## Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation

nach Marshall Rosenberg

### Mit Worten Brücken bauen statt Gräben ziehen.

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) ist mehr als eine Methode der Gesprächsführung – sie ist eine innere Haltung. Sie unterstützt uns darin, selbst in herausfordernden Situationen mit uns selbst und anderen in Verbindung zu bleiben.

GFK wird auch *Einfühlsame Kommunikation* genannt. Sie bietet einen klaren Rahmen, um

- wertschätzend und verbindend zu kommunizieren,
- Konflikte konstruktiv anzugehen,
- die eigenen Bedürfnisse und die anderer besser zu verstehen,
- selbstbewusst und empathisch zugleich zu handeln.

Zentraler Bestandteil ist das sogenannte **4-Schritte-Modell**:

**Beobachtung – Gefühl – Bedürfnis – Bitte.**

Im Seminar lernen Sie diese Schritte kennen und wenden sie anhand eigener Beispiele und praktischer Übungen an. Dabei geht es nicht nur um das Miteinander, sondern auch um die Beziehung zu sich selbst – Selbstempathie als Grundlage für authentisches Handeln.

Das Seminar ist gedacht für alle, die...

- neue Wege im Umgang mit sich und anderen suchen,
- Konflikte achtsam lösen wollen,
- in sozialen, pädagogischen oder beratenden Berufen tätig sind,
- sich für persönliche Weiterentwicklung interessieren.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

<b>Termine</b>	12. + 13.06.2026 von 9:30 – 17:30 Uhr, in Lüneburg
<b>Kosten</b>	€ 310,- / 10 % Rabatt ab zwei Teilnehmende einer Einrichtung
<b>Referent:in</b>	Mone Drews, Mediatorin & GFK-Trainerin
<b>Anmeldung</b>	Mediationsstelle BRÜCKENSCHLAG e. V. Salzstraße 1, 21335 Lüneburg 04131 / 42211   <a href="mailto:info@bs-lg.de">info@bs-lg.de</a>

*Wir bestätigen jede Anmeldung per E-Mail. Wenn Sie nach 2 Wochen keine Bestätigung erhalten haben, fragen Sie bitte nach.*





Mediationsstelle BRÜCKENSCHLAG e. V.  
Salzstraße 1  
21335 Lüneburg

**Verbindliche Anmeldung** zum Seminar  
„Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation“ am 12. + 13.06.2026

(1) Teilnehmer:in ☐ M ☐ W ☐ Div.

(2) Teilnehmer:in ☐ M ☐ W ☐ Div.

\_\_\_\_\_  
Vor- und Zuname

\_\_\_\_\_  
Vor- und Zuname

\_\_\_\_\_  
E-Mail

\_\_\_\_\_  
E-Mail

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
Telefon

<b>Rechnungsanschrift</b>	
_____ Arbeitgeber	_____ Ansprechperson
_____ Straße und Hausnummer	_____ Telefon (dienstlich)
_____ PLZ und Ort	_____ E-Mail für den Rechnungsversand

**Kosten und Rabatte**

Die Kosten für das Seminar betragen € 310,- p. P.

Ab zwei Teilnehmer/innen einer Einrichtung / Schule gewähren wir einen Rabatt von 10 %.

**Rücktritt**

Ein Rücktritt von der verbindlichen Anmeldung ist nur bis zu 4 Wochen vor Beginn des Kurses möglich. Nach Ablauf dieser Frist wird die volle Kursgebühr erhoben. BRÜCKENSCHLAG ist berechtigt, im Einzelfall von der Durchführung einer Veranstaltung zurückzutreten, wenn die notwendige Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht worden ist oder in Fällen, die eine Durchführung der Veranstaltung aus wichtigen Gründen unmöglich macht (z. B. eine kurzfristige Erkrankung des Dozenten). In diesem Fall werden Veranstaltungsentgelte vollständig erstattet. Weitere Ansprüche stehen den Teilnehmenden nicht zu.

Hiermit melde ich mich zu dem oben genannten Workshop an:

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

*Wir bestätigen jede Anmeldung per E-Mail. Wenn Sie nach 2 Wochen keine Bestätigung erhalten haben, fragen Sie bitte nach.*

## Einwilligung gemäß Datenschutz



Mit dieser Datenschutzerklärung möchten wir Sie darüber informieren, welche Daten die Mediationsstelle BRÜCKENSCHLAG e. V. bei Ihnen erhebt und nutzt, wenn Sie sich bei uns zu einer Veranstaltung/Seminar/Weiterbildung/Supervisionen/Coachings o.ä. – im Folgenden Aufträge genannt – anmelden.

Bei Auftragserteilung erfassen wir Name, Anschrift sowie ggf. die Rechnungsanschrift und die Kontodaten, Telefonnummer einschließlich einer E-Mail-Adresse. Bei manchen Aufträgen erfassen wir auch Ihr Geburtsdatum, da es für die Abschlussbescheinigungen notwendig ist sowie Informationen zu vorherigen Fortbildungen, wenn diese für die Teilnahmevoraussetzung notwendig sind. Diese (teilweise personenbezogenen) Daten erfassen und verarbeiten wir ausschließlich zu Zwecken der Auftragsabwicklung und zu weiteren Information unverschlüsselt per Mail über unsere Angebote.

Die Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt durch die Mediationsstelle BRÜCKENSCHLAG e. V., Salzstraße 1, 21335 Lüneburg, info@bs-lg.de, 04131 42211. Zu Fragen des Datenschutzes sind wir unter diesen Kontaktdaten zu erreichen.

Bei der Verarbeitung personenbezogener Daten beachten wir die Bestimmungen des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG) und der europäischen Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO).

Die Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt auf der Grundlage Ihrer Einwilligung (Art. 6 Abs. 1 Satz 1 Buchstabe a DSGVO), zur Bearbeitung Ihres Auftrages (Art. 6 Abs. 1 Satz 1 Buchstabe b DSGVO) sowie zur Wahrung unserer berechtigten Interessen. Unsere berechtigten Interessen an der Datenverarbeitung liegen zum einen in der Auftragsabwicklung und zum anderen in der Information über unsere Veranstaltungen und Dienstleistungen der Mediationsstelle BRÜCKENSCHLAG e. V.

Sie haben das Recht, Ihre Einwilligung jederzeit zu widerrufen, ohne dass dies die Rechtmäßigkeit, der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung, berührt.

Wir speichern die personenbezogenen Daten unbegrenzt, damit wir Ihnen jederzeit Auskunft über die bei uns absolvierten Fortbildungen geben können. Auf Wunsch löschen wir nach Auftragsabwicklung ihre Daten, außer die, die wir nach gesetzlichen Vorschriften aufbewahren müssen. Die Speicherung zu Informationszwecken erfolgt nur so lange, bis Sie einer solchen Werbung widersprechen.

Personenbezogene Daten – Name, Anschrift, Emailadresse – werden, wenn dies für die Auftragsabwicklung notwendig ist, ggf. an unsere Kooperationspartner (VNB Hannover und VNB Göttingen) weitergegeben.

Sie sind jederzeit berechtigt, von uns Auskunft über die Sie betreffenden personenbezogenen Daten zu verlangen. Darüber hinaus haben Sie nach Maßgabe der DSGVO und des BDSG gesetzliche Ansprüche auf Berichtigung, Löschung, Einschränkung der Verarbeitung (Sperrung) und Datenübertragbarkeit. Sie haben ferner das Recht, der Verarbeitung personenbezogener Daten zu widersprechen.

Sie haben das Recht, bei einer Datenschutz-Aufsichtsbehörde Beschwerde einzulegen, wenn Sie der Ansicht sind, dass die Verarbeitung der Sie betreffenden personenbezogenen Daten gegen die DSGVO verstößt.

Name (leserlich) \_\_\_\_\_

Ich bin damit einverstanden, dass meine Daten wie o. a. gespeichert und genutzt werden.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift