



gewaltfrei handeln e.V.  
ökumenisch Frieden lernen

# Konflikte als Chance

GRUNKURS

IN  
GEWALTFREIER  
KONFLIKTKULTUR

September 2023 - März 2024

## gewaltfrei handeln e.V.

Seit 1994 tragen wir durch unsere Seminare und Kurse in Konfliktbearbeitung und gewaltfreiem Handeln zur Verbreitung einer friedlichen Konfliktkultur bei.

Gewaltfreiheit macht Sinn. Wir sind überzeugt davon, dass aktive Gewaltfreiheit zu einer gerechteren und friedlicheren Welt führt.

Wir bieten Raum für Ihre Entwicklung einer eigenen gewaltfreien Haltung, die Sie in privaten, beruflichen und gesellschaftlichen Konflikten dauerhaft stärkt.

Die spirituelle und religiöse Dimension des Lebens ist Teil unserer Bildungsarbeit, so dass Sie Ihre Verbindung zu Ihren Kraftquellen weiterentwickeln. Unser Handeln basiert auf christlichen und anderen Traditionen der Gewaltfreiheit.

Wir bieten - auch nach dem Kurs - ein stärkendes Beziehungsnetz. Unsere Absolvent\*innen- und Sommertreffen ermöglichen bleibenden Kontakt mit vielen engagierten Menschen und bieten immer wieder Impulse für Ihr eigenes Handeln.



gewaltfrei handeln e.V.  
ökumenisch Frieden lernen

## Kursleitung

**Inge Gnau**, Salzkotten  
**Rainer Gertzen**, Essen  
**Johanna Zschornack**, Bremen  
Trainerin und Trainer für gewaltfreies Handeln und zivile Konfliktbearbeitung

## Wie wir arbeiten

In dem Grundkurs nähern wir uns den Themen anhand von Fallbeispielen aus Ihrem Alltag, mit Rollenspielen, vielfältigen Methoden sowie Übungen.

Wir arbeiten teilnehmer\*innen- und prozessorientiert. Daher kann die Zuordnung der Seminarinhalte zu den einzelnen Kursteilen variieren.

Transparenz, Freiwilligkeit und die Wertschätzung jeder einzelnen Person sind uns wichtig.

Während des Kurses gestalten wir spirituelle bzw. ökumenische Feiern.

Die Qualität unserer Kursarbeit sichern wir durch ständige Weiterentwicklung und Evaluation.

## Zeiten

Beginn: Donnerstag 17:00 Uhr  
Ende: Sonntag 15:00 Uhr

**Achtung:** Der erste Kursteil findet von Samstag bis Dienstag (Feiertag 03.10.2023) statt!

## Zertifikat

Inhalte und Aufbau des Kurses entsprechen den Standards für Grundkurse des Qualifizierungsverbundes (QVB) für zivile gewaltfreie Konfliktbearbeitung der Aktionsgemeinschaft Dienst für den Frieden (AGDF).

Die Teilnehmenden erhalten ein entsprechendes Zertifikat bei 80-prozentiger Teilnahme an den Kurstagen.

Der Abschluss dieses Grundkurses ermöglicht Ihnen die Teilnahme an einem Aufbaukurs zur *Fachkraft für Friedensarbeit* bei Mitgliedsorganisationen des QVB.

## Kosten

Kursgebühr inklusive Unterkunft und Verpflegung:  
Solidarbeitrag/Arbeitgeber\*innen: 1.690 €  
Normalbeitrag: 1.550 €  
Rabatt für Frühbuchende bis 15.07.2023:  
15 % Ermäßigung auf den jeweiligen Betrag.

Für Geringverdienende  
(bis 1.000 € Nettoeinkommen monatlich)  
und Studierende: 950 €

Bitte prüfen Sie vor Ihrer Anmeldung, ob Sie einen Bildungsscheck oder -gutschein erhalten können.

Die Weiterbildung wird gefördert aus Mitteln der Evangelischen Kirche in Deutschland.

## Ort

Landhaus Am Heinberg  
Am Heinberg 4  
34414 Warburg  
[www.landhaus-am-heinberg.de](http://www.landhaus-am-heinberg.de)

## Anmeldung

Bitte das Anmeldeformular anfordern bei:  
Tel. 05694-8033  
[info@gewaltfreihandeln.org](mailto:info@gewaltfreihandeln.org)

oder Download unter:  
[www.gewaltfreihandeln.org](http://www.gewaltfreihandeln.org)  
> Bildungsangebote  
> Grundkurs in gewaltfreier Konfliktkultur

Ansprechpartner:  
Joachim Mangold, Bildungsreferent  
[mangold@gewaltfreihandeln.org](mailto:mangold@gewaltfreihandeln.org)

Der Kurs findet statt, wenn sich mindestens 8 Teilnehmer\*innen angemeldet haben. Die maximale Teilnehmendenzahl liegt bei 14.

Anmeldeschluss ist der 1. September 2023.

In enger Kooperation mit kefb Ostwestfalen als vom Land NRW anerkannter Träger der Weiterbildung.



*„Die Fortbildung hat mein Vertrauen in  
die Lösbarkeit von Konflikten und in meine  
Fähigkeiten, daran mitzuwirken, deutlich gesteigert!“*

Teilnehmerin eines Grundkurses



## Der Kurs

Konflikte gehören zum Alltag - sie entstehen überall, wo Menschen zusammen leben und arbeiten. Die Chance auf eine positive und wertschätzende Begegnung liegt darin, sich mit diesen Konflikten auseinanderzusetzen.

Wenn Sie Konflikte als Chance begreifen wollen und Stärkung suchen für Konflikte im privaten und beruflichen Bereich, dann bietet Ihnen dieser Kurs hierzu die Möglichkeit.

Viele Teilnehmer\*innen finden im Rahmen des Kurses Ansätze und neue Akzente für ihr Engagement im sozialen, ökologischen und gesellschaftlichen Bereich. Die Weiterbildung bietet Ihnen Raum, sich intensiv mit persönlichen Fragestellungen auseinanderzusetzen.

## Ziele des Grundkurses

- Methoden der gewaltfreien Konfliktbearbeitung üben
- die eigene Persönlichkeit weiterentwickeln
- Traditionen und Methoden gewaltfreien Handelns kennenlernen
- Selbstvertrauen, Konfliktkompetenz und Integrität stärken
- Kraftquellen im Konflikt entdecken und nutzen

## Kursteil 1

### Konstruktiver Umgang mit Konflikten

**30.09. – 03.10.2023**

Das erste Wochenende dient dem Kennenlernen und dem Vertrauensaufbau.

Sie ergründen Ihr eigenes Konfliktverhalten, üben Modelle der Konfliktanalyse und lernen die Prinzipien konstruktiver Konfliktbearbeitung kennen.

#### Seminarinhalte:

- Wahrnehmung für das eigene Konfliktverhalten stärken
- Theorien über Konflikte, deren Entstehung und Bearbeitung
- Konfliktanalyse
- „Werkzeuge“ konstruktiver Konfliktbearbeitung
- Die eigene Konfliktbereitschaft stärken
- Eigene Kraftquellen im Konflikt entdecken

## Kursteil 2

### Gewaltfrei kommunizieren und handeln

**14. – 17.12.2023**

Sie lernen die aktive Gewaltfreiheit als Grundhaltung konstruktiver Konfliktbearbeitung kennen.

Sie üben u.a. am Modell der Gewaltfreien Kommunikation neue Verhaltensweisen im Konflikt.

#### Seminarinhalte:

- Spiritualitäten, Wirkungsweisen und Visionen der Gewaltfreiheit
- Beispiele gewaltfreien Handelns aus Geschichte und Gegenwart
- Persönliche und politische Vorbilder der Gewaltfreiheit
- Grenzen der Gewaltfreiheit?
- Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg
- Gefühle, Bedürfnisse und Interessen wahrnehmen und achten

## Kursteil 3

### Zivilcourage, Gewalt und Entscheiden im Konsens

**08. – 11.02.2024**

An diesem Wochenende setzen Sie sich mit unterschiedlichen Formen von Gewalt auseinander. Sie lernen, strukturelle Gewalt zu erkennen und in brenzligen Situationen handlungsfähig zu bleiben oder zu werden.

Zudem erlernen Sie ein Verfahren zur Entscheidungsfindung im Konsens.

#### Seminarinhalte:

- Dimensionen von Gewalt auf verschiedenen Ebenen verstehen
- Eigene Umgangsweise mit Aggression und Gewalt reflektieren
- Gewaltfreie Formen des Umgangs mit Unrecht und Gewalt erproben
- Deeskalierendes Eingreifen in Situationen direkter Gewalt üben
- Gemeinsame Entscheidungsfindung durch das Konsensverfahren

## Kursteil 4

### Einführung in die Mediation, Perspektiven, Alltagstransfer

**14. – 17.03.2024**

Sie erfahren die konkreten Schritte der Mediation als wirkungsvolles Verfahren zur konstruktiven Beilegung eines Konflikts.

Sie erhalten Hinweise zu weiteren Konfliktlösungsansätzen und Fortbildungsmöglichkeiten.

#### Seminarinhalte:

- Das Verfahren der Mediation kennenlernen und ausprobieren
- Versöhnung - wie kann das gehen?
- Transfer: Neue Optionen im eigenen Umgang mit Konflikten integrieren
- Perspektiven weiterer Fortbildungsmöglichkeiten eröffnen
- Abschluss als bewussten Prozess gestalten

*Änderungen im Kursverlauf sind möglich.*