



HERBERT-WEHNER-BILDUNGSWERK  
FÜR KOMMUNALPOLITIK

# GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

für Frauen

---



---

**16. - 17. Oktober 2020**

Dresden

**Seminar**

---

## **Gewaltfreie Kommunikation**

In diesem Seminar bekommen die Teilnehmerinnen einen Überblick über die Gewaltfreie Kommunikation und lernen anhand eigener Konfliktbeispiele aus Ihrem Alltag und ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit, wie es gelingen kann, Konflikte ohne Vorwürfe oder Rechtfertigungen konstruktiv zu lösen und mehr Handlungsspielraum in emotionsgeladenen Situationen zu gewinnen.

Das Seminar bietet viel Zeit zum Üben in Rollenspielen und zum Reflektieren.

---

## **Das Herbert-Wehner-Bildungswerk**

Das Herbert-Wehner-Bildungswerk mit Sitz in Dresden ist ein staatlich geförderter Verein, der seit 1992 politische Erwachsenenbildung anbietet. Ziel der Arbeit ist, mit Diskussionsveranstaltungen, Bildungsfahrten und Seminaren das demokratische Verständnis zu stärken.

---

## **Kontakt**

**Telefon:** 0351 80 40 220  
info@wehnerwerk.de  
wehnerwerk.de

**POLITISCHE BILDUNG FÜR ALLE**



---

## **Gewaltfreie Kommunikation für Frauen**

**16. – 17. Oktober 2020**

Dresden

Seminar-Nr. 20075

**Zeit:** 16. Oktober 17 Uhr

17. Oktober 16 Uhr

**Ort:** Herbert-Wehner-Bildungswerk

für Kommunalpolitik e. V.

Devrientstraße 7

01067 Dresden

**Beitrag:** 49,- EUR

(für Mitglieder des Freundeskreises

Herbert-Wehner-Bildungswerk 24,50 EUR)

**Referentin** Maria Müller

Trainerin für Kommunikation und Kon-

fliktbearbeitung (Dresden)

Die Teilnahme während der gesamten Veranstaltung wird erwartet. Es gelten die Teilnahmebedingungen des Bildungswerk:

[www.wehnerwerk.de/ueber-uns/teilnahmebedingungen/](http://www.wehnerwerk.de/ueber-uns/teilnahmebedingungen/)

Mitglied der

**ADB**

Arbeitsgemeinschaft  
Demokratischer Bildungswerke

**bbp**: Anerkannter  
Bildungsträger

SACHSEN



Diese Veranstaltung wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushalts.

**INFO@WEHNERWERK.DE**

# PROGRAMMÜBERSICHT

(Änderungen vorbehalten!)

---

**Freitag, 16. Oktober**

**17.00 Uhr** Beginn  
Begrüßung, Kennenlernen, Organisatorisches

**Anschließend** Erhebung der Fragen der Teilnehmerinnen

Gewalt in unserer Sprache und in unserem Denken: Was bedeutet „gewaltfrei“?

Welche Haltungen kann man in Konflikten einnehmen? Selbstreflexion zur eigenen Haltung

Überblick über das Modell der Gewaltfreien Kommunikation

Wie kann ich Konfliktsituationen beobachten, ohne sie zu bewerten?

**20.30 Uhr** Ende



---

## Samstag, 17. Oktober

**9.00 Uhr** Beginn

Wie kann ich meine Gefühle gewaltfrei kommunizieren?

**Anschließend** Das Unsichtbare ausdrücken: Bedürfnisse als Antriebskraft unseres Lebens

**12.00 Uhr** Mittagspause

**Anschließend** Anwendung des Gelernten auf eigene Beispiele aus dem Alltag und Reflexion

Transfer & Abschluss

**16.00 Uhr** Seminarende



# ANMELDUNG

(per E-Mail, Post oder Online)

---

Hiermit melde ich mich / uns verbindlich an für:

## **Gewaltfreie Kommunikation für Frauen (20075) / 16.–17. Oktober 2020**

---

Name, Vorname

---

Straße, PLZ, Ort

---

Telefon, E-Mail

---

Unterschrift

### **Wie haben Sie von der Bildungsfahrt erfahren?**

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Programmheft | <input type="checkbox"/> Internetseite           |
| <input type="checkbox"/> Empfehlung   | <input type="checkbox"/> Newsletter / per E-Mail |
| <input type="checkbox"/> Zeitung      | <input type="checkbox"/> Facebook                |
| <input type="checkbox"/> Plakat       | <input type="checkbox"/> Sonstiges ...           |

### **Post**

Herbert-Wehner-Bildungswerk  
Kamenzer Straße 12  
01099 Dresden

### **Telefax**

0351 80 40 222

### **E-Mail**

info@wehnerwerk.de

**WEHNERWERK.DE**

