

15. Februar - 2. Juli 2026

Intensivausbildung Gewaltfreie Kommunikation:

Einführung GFK Mediation

forum • augenhöhe

SEMINARE | COACHING | MEDIATION | BERATUNG

**Gewaltfreie Kommunikation –
auf Augenhöhe leben**

mit Thomas Stelling

Inhaltsübersicht

1. Das Wichtigste auf einer Seite	3
2. Wozu GFK Mediation?	4
3. Für wen ist die Einführung GFK Mediation?	4
4. Inhalte & Methodik	4
5. Der Seminarort mit Unterkunft und Selbstversorgung	5
6. Empfohlene Literatur zu Mediation	7
7. Zertifikat und Anerkennung der Einführung	7
8. Storno- und sonstigen Bedingungen	7

1. Das Wichtigste auf einer Seite

Ausschreibung GFK Mediation

Die Teilnahme erfordert erste Grundkenntnisse in Gewaltfreier Kommunikation.

Termin: 2.-6. November 2025

- Um eine gesamte Ausbildung zu machen, können auch an 3 weitere Modulen besucht werden, die an folgenden Terminen weitergeht: **15.-19.2., 19.-23.4. und 28.6.-2.7.2026** -

Seminarort: Schloss Hohenfels, Seminarhaus „Morgenrot“

(Adresse: Schloss Hohenfels 1, D-78355 Hohenfels / +49 (0) 7557-929190)

Seminarzeiten:

Start und Schluss: erste Tage ab 15 Uhr, letzte Tage bis 13 Uhr

Kernseminarzeiten: 9.30-13 Uhr und 15.30-19 Uhr

Seminarbeitrag (inkl. Hauskosten und EZ-Übernachtung)

- für Privatzahler:innen: 900,- / für alle anderen: 1.350,- EUR

(Generell möchte ich nicht, dass eine Teilnahme am finanziellen Beitrag scheitert, daher bitte das Gespräch suchen, um einen stimmigen Ausgleich zu finden.)

Übernachtung: Für jede Person gibt es ein EZ im Seminarhaus - und das gemeinsame Wohnen & leben im Seminarhaus ist erwünscht, aber nicht zwingend erforderlich.

Verpflegung: Selbstversorgung in großer Gastro-Küche. Es können aber auch alle Mahlzeiten individuell beim Seminarzentrum zugebucht werden (z.B. biol.-veget. Mittagsbuffet inkl. Salat und Kaffee/Tee für derzeit 24,50 EUR).

max. Teilnehmer:innen: 10

Leitung: Thomas Stelling

Anerkennung der GFK-Tage:

Die Tage der Ausbildung sind anerkannt im Rahmen des Zertifizierungsprozesses des CNVC und einer TrainerInnen-Anerkennung durch den Fachverband GFK e.V.



2. Wozu GFK Mediation?

Die Mediation bzw. Konfliktklärung ist eines der wesentlichen Anwendungsfelder der GFK, die weltweit in Konflikten auf allen Ebenen wirkungsvoll eingesetzt wird. Die GFK ist heute auch ein fester Bestandteil (fast) aller Mediationsausbildungen geworden.

Wenn Menschen zusammen leben oder zusammen arbeiten sind Konflikte allgegenwärtig und unvermeidbar - ja, Konfliktlosigkeit ist nicht einmal wünschenswert. Frieden braucht Konflikt. Wo immer Menschen zusammen treffen wird auch Konfliktkompetenz benötigt, um gemeinsame stimmige Lösungen für alle zu ermöglichen. Konfliktkompetenz und die Transformation und Klärung von Konflikten ist also quasi überall gefragt - beruflich wie privat, lokal wie global.

Dazu brauchen wir einerseits die Reflexion unserer eigenen Konfliktmuster, die Fähigkeit in einer Konfliktsituation eine neutrale „Dritte Seite“ einzunehmen, sowie praktische Erfahrung und Übung in herausfordernden Konfliktsituationen.

3. Für wen ist die Einführung GFK Mediation?

Die Tage sind sowohl für Menschen gedacht, die tatsächlich als „Mediator/in“ arbeiten und auftreten wollen, als auch für solche, die in ihrem privaten und beruflichen Umfeld kompetenter mit eigenen Konflikten oder Konflikten um sie herum umgehen wollen.

Die Tage sind besonders wertvoll für Menschen mit Führungsverantwortung, sei es im schulischen, sozialen Bereich oder auch privatwirtschaftlichen Bereich - und natürlich auch in Familien -, denn wie mit Konflikten umgegangen wird, liegt maßgeblich in der Verantwortung von Menschen, die Führungsverantwortung innehaben.

4. Inhalte & Methodik

Im Seminar leben wir die GFK live miteinander, d.h. vor allem die aktuellen Bedürfnisse und Bitten der TeilnehmerInnen strukturieren das Seminar und das Miteinander. Die Leitung strukturiert so viel wie nötig und so wenig wie möglich, um der Selbstverantwortung, den Fragen und Anliegen der Teilnehmer:innen, sowie dem lebendigen Prozess, der oft das effektivste Lernen ermöglicht, nicht im Weg zu stehen.

Während der Seminartage wird es auch reichlich Raum geben für Rollenspiele, um viel praktische Erfahrung in Mediationen zu sammeln, Feedback zu Prozessen zu geben und zu bekommen.

Neben offenen Gruppenprozessen, angeleiteten Prozessen und Reflexionen, Kleingruppenübungen und empathischer Einzelunterstützung wird es zudem auch immer wieder theoretische Inputs und Anregungen geben.

5. Der Seminarort mit Unterkunft und Selbstversorgung



In diesem schönen Haus „Morgenrot“ werden wir gemeinsam - und nur wir allein für uns - die Seminarzeit verbringen.

Weitere Infos zum Seminarzentrum unter <https://www.schloss-hohenfels.de/>
Und Infos zum Morgenrot unter: <https://www.schloss-hohenfels.de/gruppenhaus-morgenrot/>

Ich wünsche mir, dass wir die Zeit dort alle gemeinsam verbringen. Für wen das jedoch nicht möglich ist, der kann natürlich auch extern übernachten.



Seminarraum: mit 51 qm, vorhanden sind ein Flipchart, Stühle, Meditationskissen und Gymnastikmatten.

* Speiseraum: mit 56 qm, mit bequemen Ledersitzbänken, Lounge-Ecke.

* Selbstversorgerküche: 20 m², modern und reichhaltig ausgestattet, neue ökologische Küchengeräte, Kaffeemaschine.



* Sanitär: 5 Gemeinschaftsbäder, 2 WCs auf der Seminaretage.

Verpflegung: Selbstversorgung, d.h. wir organisieren gemeinsam die Versorgung - es können aber auch alle Mahlzeiten individuell beim Seminarzentrum zugebucht werden.

Frühstück 16,- €, Mittagessen (3-Gang Menü) 24,50 € pro Person
oder Abendessen (Suppe, Vesper, Salat und Nachtisch) 21 € pro Person (Stand August 2025)

Unterkunft:

Uns stehen 11 Zimmer zur Verfügung, von denen eines mit eigenem WC und eines mit eigenem Bad ausgestattet ist.



Falls wir über 10 Teilnehmer:innen sind, kommen einige zu zweit in einem Vierbettzimmer bzw. Fünfbettzimmer (mit eigenem Bad) unter. (Hier beispielhaft ein 4-Bett-Zimmer, welches jemand vermutlich allein für sich haben wird.)

Optional buchbar:
Wäschepaket (Bettwäsche + 2 Handtücher) 15,-€ pro Person (Stand August 2025)

Wir werden vorort gemeinsam bedürfnisorientiert aushandeln, wer welches Zimmer bekommt. Ich bin -aus Erfahrung- sehr zuversichtlich, dass wir eine gute Lösung für alle finden.

Am Seminarort haben wir auch noch die Möglichkeit folgendes zum nutzen:

Grillschale + Feuerstelle
Gartenlandschaft
diverse Sitzgelegenheiten draußen

6. Empfohlene Literatur zu Mediation

- Scilla Elworthy: Das mächtige Herz (https://verbundenheit.net/wp-content/uploads/2020/12/mighty-heart_scilla-elworthy_version_12-2020.pdf)
- Miki Kashtan: The Highest Common Denominator
- Miki Kashtan: Beherzt leben - Wegweiser zur Gewaltfreiheit
- M.B. Rosenberg: Gewaltfreie Kommunikation (das Kapitel zu Mediation)
- Christoph Thomann: Klärungshilfe im Beruf
- William Ury: Possible: How We Survive (and Thrive) in an Age of Conflict
- William Ury: The Third Side
- William Ury: Das Harvard-Konzept (engl. „Getting to Yes“)
- William Ury: Wissen, was ich will, und erfolgreich verhandeln (engl. „Getting to Yes with Yourself“)

7. Zertifikat und Anerkennung der Einführung

Bei vollständiger Teilnahme an den Tagen stelle ich ein Zertifikat über die absolvierten Tage aus. Die Tage können angerechnet werden als Tage auf dem Weg zu einer Trainer:innen-Zertifizierung des CNVC oder einer Anerkennung durch den Fachverband für Gewaltfreie Kommunikation e.V..

8. Storno- und sonstigen Bedingungen

Nach Seminarstart oder im Falle eines Nichtantretens der Einführung ist keine Rückzahlung des Seminarbeitrages mehr möglich.

Bei Ausstieg zwei Wochen vor Seminarstart wird eine Stornozahlung in Höhe von 50 % des Seminarbeitrages EUR fällig.

Bei Ausstieg eine Woche vor Seminarstart wird eine Stornozahlung in Höhe von 80% des Seminarbeitrages EUR fällig.

Darüber hinaus gelten auch unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB), die unter <http://forum-augenhoehe.com/agb> nachzulesen sind.

Wenn die Seminarleitung aufgrund von Krankheit oder gravierenden Hindernissen (z.B. eines Todesfalls in der Familie) Termine nicht einhalten kann, wird eine geeignete Ersatzperson mit ähnlicher Qualifikation (zert. bzw. anerkannte Trainer:in für GFK) die Veranstaltung leiten - oder das Seminar entfällt und die anteiligen Seminarkosten werden rückerstattet. Darüber hinaus können leider keinerlei Ansprüche geltend gemacht werden.