



Wochenendseminar Gewaltfreie Kommunikation 12

Schwerpunkt: In Verbindung mit meinem Mannsein

Vom 25.09. bis 27.09.2026 bietet das Männerbüro Karlsruhe e.V. im Naturfreundehaus Besenfeld bei Gernsbach das inzwischen zwölfte Wochenende zum Thema Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg mit den Trainern Frank Noe und Klaus Löffler an.

Inhaltliches

Im Außen erleben wir eine politische Landschaft, die durch Macht geprägt ist. Wer die meisten Raketen hat, zwingt anderen seine Strategien auf und bekommt scheinbar, was er will. Das scheint sich auch in unser Leben zu schleichen. Wo versuchen wir unsere Konflikte mit Macht zu lösen, und wie geht es uns, wenn das nicht gelingt? Ist es das, was wir uns für unser Leben vorstellen? Oder sehnen wir uns nach Verbindung und Austausch auf Augenhöhe? Welche konkreten Herausforderungen erlebe ich gerade, und wie kann ich es schaffen diese zu meistern?

An diesem Wochenende werden wir in einer wertschätzenden Gemeinschaft von Männern gemeinsam auf unser Leben schauen. GFK-Prozesse, Dyaden, Glaubenssatzarbeit, Schlüsselunterscheidungen und andere Übungen werden uns dabei unterstützen. Zudem werden wir genügend Zeit für persönliche Anliegen oder für Austausch untereinander haben.

Es ist uns wichtig, in den Seminartagen die Gemeinschaft zu leben, z.B. durch gemeinsames Kochen; dabei gibt es zwischen und nach den Übungsabschnitten immer auch Raum für persönlichen Austausch.

Das Wochenende findet in einem Selbstversorger-Haus statt – das bedeutet, alle Teilnehmer kümmern sich um die anfallenden Arbeiten wie Kochen, Putzen und Aufräumen.

Das Seminar richtet sich an Menschen mit GFK-Vorerfahrungen. Wenn Du an der GFK interessiert bist und noch nicht über Vorkenntnisse verfügst, dann nimm bitte mit uns Kontakt auf, damit wir gemeinsam sehen können, ob eine Teilnahme sinnvoll ist.

Trainer

Das Wochenende wird von den GFK-Trainern Frank Noe und Klaus Löffler begleitet. Die Teilnahme kann als Teil der Ausbildung für die Zertifizierung als GFK-Trainer angerechnet werden.

Teilnehmerbeitrag

Um möglichst vielen Menschen die Teilnahme zu ermöglichen, bieten wir einen Preisbereich von 130€ bis 250€ an, aus dem Du nach deinen Möglichkeiten selbst wählst, wieviel Du bereit bist, für das Wochenende zu geben. Wenn auch ein ermäßigter Platz noch zu teuer für Dich ist, dann wende Dich an uns; wir finden einen Weg. Unterkunft und Verpflegung sind im Beitrag enthalten, Getränke werden separat bezahlt (Wasser, Kaffee, Tee sind frei).

Anmeldung & Rückfragen

Bitte an <mailto:mann@maennerbuero-karlsruhe.de>

Mit der Überweisung deines Teilnahmebeitrags ist dein Platz verbindlich reserviert. Wir erbitten die Überweisung zeitnah auf das folgende Konto:

Männerbüro Karlsruhe e.V.
IBAN: DE49 6001 0070 0165 1757 06
BIC: PBNKDEFFXXX
Verwendungszweck: GFK 12

Bitte seht von Barzahlung vor Ort ab, weil es unsere Abrechnung deutlich verkompliziert.

Wenn was dazwischen kommt ...

Bis 4 Wochen vor Beginn erstatten wir die Seminargebühr vollständig zurück.

Sofern eine Ersatzperson benannt wird oder jemand von der Warteliste nachrücken kann, auch danach.

Anreise

Für die Anreise sorgt ihr selbst, vielleicht in Absprache mit anderen Teilnehmern. Mitfahrwünsche oder Mitfahrangebote können uns gerne mitgeteilt werden.

Ort, Datum und Zeiten

Naturfreundehaus Besenfeld, Glashäuserstr.6, 72297 Seewald-Eisenbach

Beginn: Freitag 25.09., Ankommen ab 18:00, Abendessen 19:00, danach eine Abendeinheit

Ende: Sonntag 27.09. nach dem Mittagessen und gemeinsamem Aufräumen und Putzen, ca. 15:00.

Infos zum Haus und zur Anfahrt

[Naturfreundehaus – Naturfreunde Gaggenau-Gernsbach e. V.](#)

Bitte mitbringen:

Schlafsack oder Leintuch/Spannbettuch und Bettbezug; Handtücher und Hausschuhe müssen mitgebracht werden.

Wie auch an den bisherigen Wochenenden kümmern wir uns gemeinsam um die Mahlzeiten und das Haus.

Zum Schluss noch eine Bitte - für die Anmeldung brauchen wir noch:

- Namen, Adresse und ggf. Telefonnummer - das brauchen wir für die Anmeldung beim Seminarhaus.
- Eine Mitteilung, ob wir eure Kontaktdaten (E-Mail-Adresse) an die anderen Teilnehmer weitergeben dürfen, um die Absprache wegen Fahrgemeinschaften zu erleichtern.

Wenn ihr jemanden kennt, der am Thema Gewaltfreie Kommunikation interessiert ist und dabei sein möchte, so würde es uns unterstützen, wenn Ihr diese Info weitergebt.