


# Im Dialog mit politisch Andersdenkenden

## Vertiefungsseminar Gewaltfreie Kommunikation

18.–20.09.2026 | Fr 15:00–So 13:15 Uhr | Hamburg 

Dieses Seminar richtet sich an Engagierte, die im politischen Kontext aktiv sind, bereits an einem Einführungskurs teilgenommen haben und mit den Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg vertraut sind.

Im Vertiefungsseminar kannst du deine innere Haltung weiterentwickeln und gewinnst mehr Sicherheit in der freien und flüssigen Umsetzung der Gewaltfreien Kommunikation.

Im Mittelpunkt steht dabei, den direkten Dialog mit politisch Andersdenkenden zu üben. Durch gezielte Empathie-Prozesse klärst du deine eigene Haltung und lernst, auch in die Welt des Gegenübers eintauchen zu können. Dadurch erlangst du eine gelassene Unvoreingenommenheit, die dir den Mut zu einer konstruktiven Form der politischen Auseinandersetzung mit Andersdenkenden schenkt.

Die Umsetzung der Gewaltfreien Kommunikation im Alltag braucht vor allem eines: Übung, Übung, Übung. Der Schwerpunkt des Seminars wird deshalb auf der praktischen Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation und dem gemeinsamen Üben liegen.

### Referent\*in:

Simran Wester (Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC),  
Leiterin des Hamburger Instituts für Gewaltfreie Kommunikation,  
Kundalini Yoga Ausbilderin (KRI))



**Fortbildung für  
Multiplikator\*innen  
in der Bildungs- und  
Öffentlichkeitsarbeit**

### Veranstaltungsort

Akademie für Internationale Ökumene  
Rupertstraße 67, 22609 Hamburg

### Sprache

Das Seminar findet in deutscher  
Lautsprache statt.

### Teilnahmebeitrag

Der Teilnahmebeitrag für dieses  
Seminar (inkl. Unterkunft und  
Verpflegung im Tagungshaus) beträgt:

220,- € Standardpreis

160,- € reduzierter Standardpreis,  
wenn der reguläre Standard-  
preis für dich zu hoch ist

60,- € ermäßigter Preis, wenn deine  
Einkommens-/Vermögens-/  
Lebenssituation es dir nicht  
ermöglicht, einen der beiden  
Standardpreise zu zahlen

30,- € für Bezieher\*innen von  
Bürgergeld beziehungsweise  
Sozialhilfe

Rückkehrer\*innen von DÜ / Brot für  
die Welt können pro Kalenderjahr an  
einem Seminar der Bildungsstelle  
Nord kostenlos teilnehmen.

**Weitere Informationen  
siehe nächste Seite**



## Seminarzeiten und Ablaufplan

Zu deiner Orientierung möchten wir kurz skizzieren, wie der inhaltliche Ablauf des Seminars geplant ist (kurzfristige Änderungen sind möglich):

### Freitag, den 18.09.2026

- bis 15:00 Uhr *Anreise / Zimmer beziehen*
- 15:00 Uhr Begrüßung und erstes Kennenlernen, Programmabsprachen, Organisatorisches
- 15:30 Uhr Spielerische Auffrischung: die 4 Schwerpunkte der Gewaltfreien Kommunikation
- 18:00 Uhr *Abendessen*
- 18:45 Uhr Interaktiver Einstieg ins Thema: Was macht einen konstruktiven Dialog aus?
- ca. 21:15 Uhr *Programmende / Zeit für lockeres Beisammensein*

### Samstag, den 19.09.2026

- 7:00 Uhr zusätzliches Angebot: Kundalini-Yoga
- ab 8:00 Uhr *Frühstück*
- 9:15 Uhr Sammlung und Auswertung von Erfahrungen mit Dialogsituationen
- ca. 10:45 Uhr *Tee- und Kaffeepause*
- 11:00 Uhr Übung „Ja, aber – und gleichzeitig“  
Selbsterkundungs-Übung
- 12:30 Uhr *Mittagessen / Mittagspause*
- 14:00 Uhr Einzelne Beispiele erarbeiten: empathischer Blick auf die eigenen Anliegen
- ca. 16:00 Uhr *Tee, Kaffee und Kuchen*
- 16:30 Uhr Empathisches Verständnis für die Argumente Andersdenkender
- 18:00 Uhr *Abendessen*
- ab 19:30 Uhr Film zum Thema

### Sonntag, den 20.09.2026

- 7:00 Uhr zusätzliches Angebot: Kundalini-Yoga
- ab 8:00 Uhr *Frühstück / anschließend Zimmer räumen*
- 9:15 Uhr Rollenspiel im Plenum: mit einem Andersdenkenden in den Dialog gehen
- ca. 10:45 Uhr *Tee- und Kaffeepause*
- 11:00 Uhr weitere Rollenspiele in 3er-Gruppen  
Seminauswertung und Abschluss
- 12:30 Uhr *Mittagessen und anschließend Abreise*

## Fahrtkosten

Fahrtkosten innerhalb Deutschlands können bei Bedarf in Einzelfällen nach vorheriger Absprache in begrenztem Umfang erstattet werden.

## Anmeldung

Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt. Deine Anmeldung ist verbindlich. Bitte melde dich nur an, wenn du an dem gesamten (!) Seminar teilnehmen kannst.

Das Anmeldeformular findest du unter folgendem Link (falls du den Link nicht direkt anklicken kannst, kopiere ihn bitte in deinen Browser):

<https://ewde.guestoo.de/s/GFKII26>

## Veranstalter

Dieses Seminar wird veranstaltet von der Bildungsstelle Nord von Brot für die Welt.

Kontakt: bildungsstelle-nord@brot-fuer-die-welt.de

