

# Studentage zu Gewaltfreier Kommunikation

## **Konflikte verwandeln durch wertschätzende Dialoge**

**Ort:** Stephanshof, Stephansplatz 5, 96049 Bamberg

Gestaltet von Dr. Joachim Schneider und Renate Hübschmann, Vorsitzende vom pax christi-Diözesanverband Bamberg

Immer weniger werden die Argumente Andersdenkender gehört; immer häufiger werden Auseinandersetzungen aggressiv geführt. Es braucht eine Kommunikation, die **de-eskalierend** wirkt und ohne Gewalt auskommt. Die Studentage auf der Grundlage von Dr. Marshall Rosenbergs entwickelter Gewaltfreier Kommunikation vermitteln die erforderliche innere Haltung mit erprobter Methodik ([www.gewaltfrei.de](http://www.gewaltfrei.de)).

**Samstag, 18. April 2026, 10:00 - 17:00**

### **1. Studentag:**

Durch die Betrachtung des Mythos in uns von einer angeblich „erlösenden Gewalt“ stoßen wir auf unsere eigenen Vorstellungen und Gewohnheiten, die in Konfliktsituationen immer wieder neue Gewalt provozieren. Anhand von mitgebrachten Konflikten wird Grundwissen vermittelt und eine „neue Grammatik“ wertschätzender und zugleich aufrichtiger Sprache vorgestellt. Damit lässt sich die eigene Wirklichkeit gewaltfrei ausdrücken.

> Ohne Vorkenntnisse buchbar

Ab 9:45 Ankommen bei Tee/ Kaffee

**Samstag, 9. Mai 2026, 10:00 - 17:00**

## **2. Studientag:**

Gewaltfreie Sprache im Alltag trägt zu verbesserten Beziehungen bei. Wir üben, auf Vorwürfe empathisch (einfühlend) zu reagieren und dabei mit der eigenen emotionalen Energie zu haushalten. Ziel ist, eine hohe Qualität einer empathischen Verbindung zum Gegenüber aufzubauen. Das können Teilnehmende anhand mitgebrachter Konflikte in Rollenspielen ausprobieren und so einige Herausforderungen gewaltfreier Sprache kennenlernen.

Der 2. Studientag endet mit einem Ausblick auf andere Formen aktiver Gewaltfreiheit: Wie z.B. können Einzelne Beachtliches zur Entwicklung von Frieden beitragen? Warum ist das Gemeinwohl gefährdet, wenn Menschen nur das tun, was man ihnen sagt?

> Vorkenntnisse nötig, z.B. vom 1. Studientag!

Ab 9:45 Ankommen bei Tee/ Kaffee

**Teilnehmer\*innenzahl:** mind. 7, max. 15

Für die Tagesverpflegung sorgen die Teilnehmenden selber. Fair gehandelter Bio-Kaffee / -Tee und Getränke sind vorhanden.

**Verbindliche Anmeldung:** bis 11. 4. bzw. 2. 5. bei [www.eeb-oberfranken-west.de](http://www.eeb-oberfranken-west.de), Tel. 09573 - 3317378

**Eintritt** frei, Spende erbeten

**Nähere Infos:** Dr. Schneider, Tel. 09131 - 602004 oder [www.paxchristi-nordbayern.de](http://www.paxchristi-nordbayern.de)

**Veranstalter:** Evang. Erwachsenenbildung Oberfranken West / Kath. Erwachsenenbildung BA - FO - ERH e.V. / pax christi-Diözesanverband Bamberg



Evangelische Erwachsenenbildung  
Oberfranken West

BILDUNGSSTANDORT BAMBERG



Katholische  
Erwachsenenbildung  
BA - FO - ERH e. V.