

Rücktrittsbedingungen u. Stornokosten

Ein Rücktritt wird nur schriftlich akzeptiert. Maßgebend für die Rechtzeitigkeit des Rücktritts ist der Eingang der Rücktrittserklärung bei IndiTO. Treten Sie bis 8 Wochen vor Seminarbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 35,00 Euro. Bei einem Rücktritt bis 4 Wochen vor Beginn werden 20%, bei einem Rücktritt bis zwei Wochen vor Beginn 50% der Seminargebühren fällig. Danach wird der Gesamtbetrag einbehalten/nachgefordert. Bei Nichtteilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung. Falls wir die Veranstaltung absagen müssen, geben wir Ihnen so früh wie möglich Bescheid und erstatten den Beitrag. Um Härten zu vermeiden, empfehlen wir den Abschluss einer Seminarrücktrittsversicherung (z.B. Ergo, Hanse Merkur etc.)

Anmeldung und weitere Informationen unter
www.indito.de

WIR ÜBER UNS

IndiTO - Bildung, Training und Beratung

Wir gestalten Weiterbildung wirkungsvoll, lebensnah und praxisorientiert durch Seminare, Trainings, berufsbezogene Fortbildungen, Studienreisen und Exkursionen. Bei uns finden Sie auch Beratungsleistungen für **Individuen**, **Teams** und **Organisationen**.

IndiTO ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung und zertifiziert durch den Gütesiegel-verbund Weiterbildung.

Bonn based. Direkt am Rhein. Seit +40 Jahren.

Machen Sie sich mit unseren Bildungsangeboten fit für persönliche, berufliche und gesellschaftliche Herausforderungen. Weitere Informationen zu unseren Angeboten und über uns finden Sie unter **www.indito.de**

Vernetzen Sie sich gerne mit uns auf Social Media:



Bei Fragen sind wir gerne für Sie da - schreiben Sie uns oder rufen Sie uns einfach an.



IndiTO
Estermannstraße 204
53117 Bonn
Telefon 0228 674 663
Fax 0228 680 400

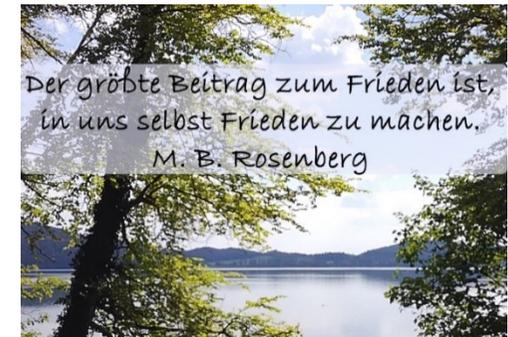
www.indito.de
info@indito.de

Volksbank Bonn Rhein-Sieg
Konto 1 501 895 039
BLZ 380 601 86
IBAN DE87 3806 0186 1501 8950 39
BIC GENODED1BRS

GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

GRUNDAUSBILDUNG NACH DR. M. ROSENBERG
IN 5 MODULEN (15 TAGE)

OCTOBER 2026 - MÄRZ 2027
BONN



Bildung, Training und Beratung für
Individuen, Teams und Organisationen

WESENTLICHES ÜBER GEWALTFREIE KOMMUNIKATION (GFK)

„Jeder Mensch macht in jedem Moment seines Lebens das Beste, was er für sich tun kann.“
M. B. Rosenberg

Die Gewaltfreie Kommunikation ist ein wirksamer Ansatz, Konflikten konstruktiv zu begegnen und verbindende Lösungen zu finden. Die 4-Schritte Methode hilft, eigene Bedürfnisse zu erkennen sowie die Bedürfnisse der anderen Seite zu verstehen. Dadurch entsteht eine empathische Verbindung zu uns selbst und zum Gegenüber. Wenn wir gewaltfrei handeln, sind wir in der Lage, im Konflikt eine friedvolle und wertschätzende Haltung zu wahren. Diese unterstützt unsere Gelassenheit und den inneren Frieden. Das wirkt sich auf unser persönliches und berufliches Umfeld aus. Mitgefühl beginnt bei uns selbst und zieht weite Kreise.

KONZEPT UND ARBEITSWEISE DER GRUNDAUSBILDUNG

In dieser Grundausbildung erlebst du einen vertrauensvollen Rahmen für deine persönliche und berufliche Weiterentwicklung. Mit Theorie und praxisnahen Übungen gestaltet sich das lebendige Lernen. Die Trainerin vermittelt dir das Handwerkszeug mit Kompetenz und Humor. Wichtig ist dabei die Achtsamkeit und Begegnung auf Augenhöhe. Unterstützend werden Meditationen und Bewegungseinheiten genutzt.

DU LERNST Die Haltung, Methode und Anwendungsbereiche der GFK/ den Unterschied zwischen trennender und verbindender Kommunikation/

empathische Gesprächs- und Zuhörkompetenz/
Klarheit im Konflikt/ Konfliktgespräche zu führen/
Entscheidungswege in Gruppen...

DU ERLEBST



Die Ausbildung eignet sich auch als Baustein für Menschen, die sich auf den Weg der Zertifizierung als Trainer*in für Gewaltfreie Kommunikation beim Centre for Nonviolent Communication (CNVC) begeben möchten.

Organisatorisches

Grundausbildung Gewaltfreie Kommunikation
vom 09.10.2026 bis 07.03.2027

In 5 Modulen, jeweils Fr. 10.00-18.00, Sa. 9.00-17.00
und So. 9.00-16.00 Uhr

- | | |
|----------|----------------|
| 1. Modul | 09. - 11.10.26 |
| 2. Modul | 06. - 08.11.26 |
| 3. Modul | 04. - 06.12.26 |
| 4. Modul | 22. - 24.01.27 |
| 5. Modul | 05. - 07.03.27 |

Voraussetzung für die Teilnahme an der Grundausbildung ist der Besuch eines 2-3 tägigen qualifizierten Einführungsseminars vor Beginn der Grundausbildung.

Kosten:

€ 1.950,00 für Selbstzahlende
€ 2.050,00 NGO/gemeinnützige Organisationen
€ 2.200,00 Firmenzahlende

Bildungsurlaub für alle Freitage möglich

KURSLEITUNG



Sonja Nowakowski



Sonja Nowakowski

Sonja Nowakowski, zert. Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Mediation für 2 und mehr Parteien, Konfliktberatung und Krisencoaching für Einzelpersonen, Supervision für Teams.

<https://raum-fuer-empathie.de>

„Seit ich 2009 die GFK kennenlernte, bin ich begeistert Lernende und Vermittelnde. Die verbindende Kraft der Empathie berührt mich immer wieder aufs Neue.“