

# GFK-Einführungswochenende

## Haltung und Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation kennenlernen

Du möchtest Konfliktmuster überwinden,  
die weder dir noch anderen dienlich sind?  
Du möchtest Klarheit über deine Gefühle gewinnen  
und Bedürfnisse aufrichtig mitteilen?  
Du möchtest deinen Standpunkt vertreten  
ohne andere zu verletzen?  
Du möchtest zuhören ohne zu kritisieren?

Die Gewaltfreie Kommunikation beschreibt einen Weg, der es uns ermöglicht, jenseits von Richtig und Falsch eine nährnde Verbindung zu uns selbst und anderen zu finden. Aus der Zuwendung zu uns selbst und der Offenheit anderen gegenüber kann neue Lebendigkeit, Gelassenheit und Zuversicht entstehen.

An diesem Wochenende lernst du die Haltung der GFK und ihre Schritte kennen. Wir gestalten die gemeinsame Zeit in einem lebendigen Wechsel aus theoretischem Input und praktischen Übungen, bei denen eigene Themen eingebracht werden können.



<b>Seminarort:</b>	<b>Kloster Oberzell – Würzburg</b> Tagungshaus Klara – Tel. 0931/4601-251
<b>Datum:</b>	<b>4. + 5. Oktober 2025</b>
<b>Beginn:</b>	<b>Sa 9:00 Uhr</b>
<b>Abschluss:</b>	<b>So 15:00 Uhr</b>
<b>Gebühr:</b>	<b>160 € (Frühbuchung bis 31.8.2025 140 €)</b> zuzüglich Verpflegung/Übernachtung: siehe Seminaranmeldung
<b>Leitung:</b>	<b>Evi und Sven Schöllmann</b>

### Evi Schöllmann

- Atemtherapeutin  
BV-ATEM®
- Trainerin und  
Autorin für GFK
- Pädagogin
- Märchenerzählerin



### Sven Schöllmann

- GFK-Trainer CNVC
- Autor für GFK
- Musiker und  
Instrumentallehrer
- Atemtherapeut

Auf dein Kommen freuen wir uns!

**Anmeldung:** Bitte sende deine Anmeldung an [gewaltfrei@sonnenhaus-oberstrahlbach.com](mailto:gewaltfrei@sonnenhaus-oberstrahlbach.com).  
Du erhältst eine Rechnung mit Bitte um Überweisung der Seminargebühr. Mit Eingang des Betrages ist deine Anmeldung verbindlich registriert.

### Kontakt und weitere Infos:

Sven und Evi Schöllmann  
Sonnenhaus Oberstrahlbach  
Oberstrahlbach 1b  
91413 Neustadt Aisch  
0176 – 22937649  
[www.sonnenhaus-oberstrahlbach.com](http://www.sonnenhaus-oberstrahlbach.com)



## Seminaranmeldung

Seminartitel		Datum (bei mehrteiligen Seminaren 1.Modul)	Meine Seminargebühr (bei Selbsteinschätzung bitte eintragen)
Name, Vorname			
E-Mail			
Tel.		Erreichbar über ... (bitte ankreuzen)	
		<input type="radio"/> WhatsApp <input type="radio"/> Signal	
Straße		PLZ	Ort

### Verpflegung bei Tagesseminaren

Hinweis: Aus hygienischen Gründen erlaubt das Kloster Oberzell das Mitbringen von Speisen und Getränken leider nicht. Ein Verzehr ist außerhalb des Klostergeländes möglich.

Mahlzeiten (Preise 2025 - gewünschtes bitte ankreuzen)	
<input type="radio"/> Mittagessen 19,90 €	<input type="radio"/> Kaffee/Kuchen 9,90 €
Wünsche (bei Bedarf bitte ankreuzen)	
<input type="radio"/> vegetarisch <input type="radio"/> vegan	<input type="radio"/> Unverträglichkeiten (bitte notieren)
	6,00 €/ Tag

Getränke werden direkt im Kloster abgerechnet. Die gewählten Mahlzeiten stellen wir dir mit der Seminargebühr in Rechnung und bitten um Überweisung an uns. Den Verpflegungsbetrag leiten wir bei Tagesseminaren ans Kloster weiter.

### Übernachtung bei Mehrtagesseminaren

Übernachtungspreise sind Vollpensionspreise. Aufpreis bei nur einer Übernachtung von 13,00 €.

Zimmerauswahl (bitte ankreuzen)	Preise 2025 pro Tag/Person
<input type="radio"/> Einzelzimmer mit Dusche/WC inkl. Vollpension (Frühstück 13,90/Mittag 19,90/Kaffee 9,90/Abend 14,90)	126,60 €
<input type="radio"/> Doppelzimmer mit Dusche/WC inkl. Vollpension (Frühstück 13,90/Mittag 19,90/Kaffee 9,90/Abend 14,90)	119,60 €
Datum Anreisetag:	Datum Abreisetag:
Erste Mahlzeit:	Letzte Mahlzeit:

Getränke werden direkt im Kloster abgerechnet. Für Übernachtung und Verpflegung erhältst du eine Rechnung vom Kloster Oberzell unabhängig von der Seminargebühr.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

#### Ausfallgebühr bei Rücktritt.

weniger als 4 Wochen vor Veranstaltung 25% der Gesamtkosten,  
weniger als 2 Wochen vor Veranstaltung 50% der Gesamtkosten  
weniger als 1 Woche vor Veranstaltung 70% der Gesamtkosten  
weniger als 4 Tage vor Veranstaltung 100% der Gesamtkosten

Bitte sende deine Anmeldung an: [gewaltfrei@sonnenhaus-oberstrahlbach.com](mailto:gewaltfrei@sonnenhaus-oberstrahlbach.com)

Du erhältst von uns eine Rechnung. Sobald du diese beglichen hast, ist deine Buchung verbindlich.

Wir freuen uns auf dich!