

7. deutschsprachige GfK Gemeinschaftswoche in der Toskana



9. - 17. 10. 2017 in Arezzo

**Eine Woche,
um Gewaltfreiheit zu
üben**

**Eine Woche,
um Gemeinschaft zu
erleben**

Gewaltfreie Kommunikation (GfK) heißt nicht nur, Konflikte zu lösen, sondern uns auf Herzesebene zu verbinden, unser Gegenüber als einzigartiges und wertvolles Wesen anzunehmen und den Weg zu einem reichen und erfüllten Leben für alle zu beschreiten.

Kommunikation wird am besten in Gemeinschaft geübt. Gleichzeitig ist Gemeinschaft ein menschliches Bedürfnis, das oft unerfüllt ist. Deswegen laden wir GfK-Interessierte ein, zusammen zu üben und gemeinsam einen Raum für Begegnung, Kreativität und Wachstum zu schaffen.

Eine gute Woche lang haben wir die Möglichkeit, den Alltag miteinander zu teilen und uns rund um die Uhr im Umgang miteinander um eine Haltung zu bemühen, die von den Grundideen der GfK geprägt ist. Um diese Vision verwirklichen zu können, wünschen wir uns von den Teilnehmer/innen die Bereitschaft, sich mit ihren Gefühlen und Bedürfnissen zu verbinden, diese auszudrücken und ein offenes Ohr für das zu haben, was die anderen Gruppenmitglieder bewegt.



Dabei legen wir besonders Wert darauf, die Beziehungen unter uns in Achtsamkeit und Wertschätzung zu entfalten und uns auf den Weg zu machen, eine (temporäre) Gemeinschaft zu werden.

*„Eine der wichtigsten Fakten über die menschliche Natur ist: Wir wollen einander“
(Manitonguat).*

Wo?

Wir werden zusammen in einer klassischen toskanischen Villa wohnen und den Alltag teilen.



Das Haus befindet sich in Ceciliano, einem kleinen Dorf, 7km von Arezzo entfernt. Es hat mehrere Schlafzimmer, einen großen Raum zum Üben, eine große

Küche und einen Garten. Jede/r Teilnehmer/in wird je nach Bedarf und Möglichkeit entweder im Doppel- oder Dreierzimmer, Schlafräum oder eigenem Zelt untergebracht. Alle Hausarbeiten



(Kochen, Spülen, Einkaufen, Putzen usw.) werden von allen

Teilnehmer/innen gemeinschaftlich erledigt. Auch die Entscheidungen bezüglich des jeweiligen Tagesablaufs und anderer relevanter Themen möchten wir gemeinsam

treffen, so dass sich auch bei diesen Themen die Möglichkeit bietet, die GfK und alternative Techniken zur Entscheidungsfindung auszuprobieren.



Wie?

Die Übungswoche ist nicht als Seminar oder Kurs zu verstehen, sondern sie ist als Übungsfeld zum Erproben der Gewaltfreien Kommunikation und als Rahmen für Gruppenprozesse gedacht. Das bedeutet: Es wird keinen festen Plan mit vorgegebenen Themen geben. Stattdessen werden wir uns dem widmen, was aktuell in uns lebendig ist, was unsere Gruppe gerade interessiert und es werden Räume für persönliche Prozesse (in Form von Tanzparketten, Rollenspielen usw.) geschaffen. Jede/r ist eingeladen, zur Erfüllung eigener und fremder Bedürfnisse sowie zum Gelingen des Ganzen beizutragen. Jede/r ist ebenso dazu eingeladen, sein/ihr Wissen weiter zu geben, indem er/sie eine oder mehrere Übungen oder Workshops innerhalb der Woche anbietet - auch zu anderen spannenden Themen.



Wer?

Wir freuen uns über alle Menschen, die unsere oben geschilderte Vision von Gemeinschaft fasziniert und begeistert. **Jede/r, der bereit ist, diese Woche aktiv in einer GfK inspirierten Atmosphäre (mit) zu gestalten und sich in einem solchen Rahmen zu entwickeln, ist willkommen.** Damit das gelingen kann, wünschen wir

uns Teilnehmer/innen, die die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation möglichst kennen und sich bereits in ihrer Umsetzung erprobt haben. Wir sind aber auch bereit, für alle Begeisterten, die noch keine Erfahrung haben, vor Ort die Grundlagen im Rahmen eines Workshops zu erklären und zu erläutern.



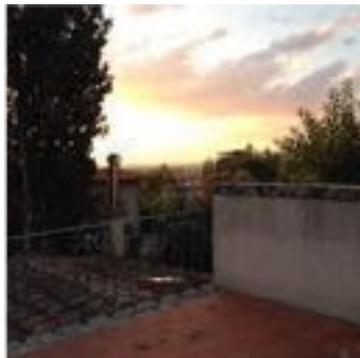
Wann?

Unsere gemeinsame Woche beginnt am Anreisetag, dem 9. Oktober (Montag) abends und endet am 17. Oktober (Dienstag) mittags. Späteres Abfahren ist nach Absprache möglich.



Wie viel?

Die Übernachtung ist frei. Wir bitten nur, die Nebenkosten zu zahlen (15 Euro pro Person). Die Einkaufskosten werden am Ende der Woche geteilt (voraussichtlich ca. 80 Euro pro Person). Für die Organisation und Leitung hätten wir gerne durchschnittlich circa 160 Euro pro Person, wollen aber keinen Betrag festlegen. Jede/r kann nach eigener Einschätzung und Möglichkeit mehr oder weniger zahlen. Wir vertrauen, dass am Ende genug da sein wird.



Die Einkaufskosten werden am Ende der Woche geteilt (voraussichtlich ca. 80 Euro pro Person). Für die Organisation und Leitung hätten wir gerne durchschnittlich circa 160 Euro pro Person, wollen aber keinen Betrag festlegen. Jede/r kann nach eigener Einschätzung und Möglichkeit mehr oder weniger zahlen. Wir vertrauen, dass am Ende genug da sein wird.

Leitung

Anja Buschmann seit 2005 Mediatorin, 2007 abgeschlossene Ausbildung in Gewaltfreier Kommunikation nach Marshall Rosenberg, Teilnahme an GfK-Workshops zu unterschiedlichen Themen; seit 2011 Leitung von GfK Workshops sowie Bildungsurlauben und Moderation von GfK Übungsgruppen. www.mediation-bochum.de



Aldo Riboni Im Jahr 2012 habe ich eine GfK-Ausbildung in Gewaltfreier Kommunikation abgeschlossen. Im selben Jahr habe ich den intensiven Prozess einer Gemeinschaftsgründung miterlebt. Seitdem habe ich mich kontinuierlich mit beiden Themen auseinandergesetzt. www.ceciliano9a.it

Dorothee Arts-Buschmann Langjährige Berufserfahrung als Lehrerin im Sekundarbereich, Mediations-Ausbildung und - Praxis auf der Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation nach M. Rosenberg; GfK-Weiterbildung bei verschiedenen Trainer/innen; mehrjährige Erfahrung in der Vermittlung der GfK und Leitung von Übungsgruppen



Infos und Anmeldung: gfk.arezzo@gmail.com