Newsletter – September 2026

Netzwerk
Gewaltfreie Kommunikation
München e.V.

Liebe Mitglieder im Netzwerk Gewaltfreie Kommunikation München e.V., liebe Freundinnen und Freunde der Gewaltfreien Kommunikation (GFK),

in Kontakt und Verbindung kommen – das ist das Ziel der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg. Daher freuen wir uns darüber, dass Sie unseren Newsletter abonnieren und die GFK weiter in die Welt kommt.

„Wenn wir unsere Bedürfnisse nicht ernst nehmen, tun es andere auch nicht.“ (Marshall B. Rosenberg)

Inhaltsübersicht

1. Argumentationstraining gegen Stammtischparolen – Seminartag am Sa, 14.11.2026
2. GFK trifft KI – Chancen und Risiken – BarCamp am So, 15.11.2026
3. Workshop-Tage: Sa, 16. + So, 17.01.2027 – jetzt anmelden
4. Veranstaltungen in Thüringen
5. 04.10.2026 – Geschichten vom gelebten Frieden
6. Offener GFK-Treff – jeden letzten Sonntag in ungeraden Monaten, 18–20 Uhr
7. Auf geht's zur Olympiaalm – Mitgliederveranstaltung am Sa, 10.10.2026
8. Mitgliederversammlung am Sa, 03.04.2027 – save the date
9. Unsere Vereinssitzungen – Zukunft bewegen, mitgestalten, Gemeinschaft erleben
10. Protokolle unserer Vereinssitzungen: Immer informiert sein!
11. Unterstützen Sie uns dabei, die Gewaltfreie Kommunikation zu verbreiten

1. Argumentationstraining gegen Stammtischparolen – Seminartag am Sa, 14.11.2026

Wer kennt sie nicht: Abwertende Vorurteile, die einfach mal in den Raum gestellt werden. Oft kommen solche Parolen plötzlich, ohne dass man darauf vorbereitet ist.

Wie können wir auf sogenannte „Stammtischparolen“ reagieren und den Zusammenhalt in unserer Gesellschaft stärken?

Diesen Fragen geht das Argumentationstraining gegen Stammtischparolen nach. Nähere Informationen zum Seminar und zum Referenten Dr. Christian Boeser finden Sie hier.

Für das Seminar sind keine Vorkenntnisse nötig.

Interesse? ⇒ jetzt anmelden



2. GFK trifft KI – Chancen und Risiken – BarCamp am So, 15.11.2026

Wie verändert Künstliche Intelligenz unsere Arbeit als GFK-Trainer*innen und -Multiplikator*innen – und was bleibt dabei unersetzlich menschlich?

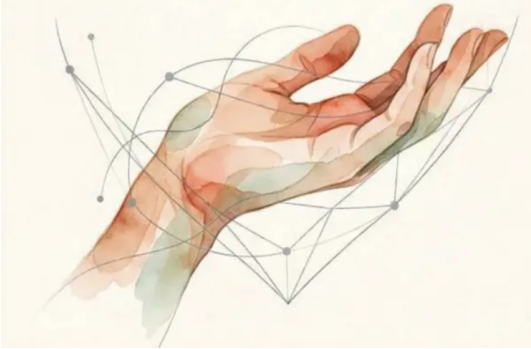
Diesen Fragen widmen wir uns gemeinsam beim GFK BarCamp 2026 am Sonntag, 15. November 2026 im ASZ München-Maxvorstadt.

Das BarCamp ist eine sogenannte Open-Space-Veranstaltung: Das Programm entsteht am Morgen des Tages gemeinsam mit allen Teilnehmer*innen – aus echten Fragen (die in den beiden Vorterminen gesammelt wurden), gelebten Erfahrungen und dem, was Sie wirklich bewegt.

Ob Sie KI bereits nutzen, skeptisch sind oder einfach neugierig: Sie sind herzlich willkommen. Wir freuen uns auf Sie!

Weitere Infos zum BarCamp KI finden Sie auf unserer Website.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? ⇒ dann bitte anmelden ;-)



3. Workshop-Tage: Sa, 16. + So, 17.01.2027 – jetzt anmelden

Die 32. Workshop-Tage finden am 16.–17.01.2027 statt.

Den kostenfreien und öffentlichen Vortrag hält Andi Schmidbauer:

„Darf es mir gutgehen, wenn es der Welt schlecht geht? – In einer Welt der Widersprüche Kurs halten mit der GFK“

So, 17.01.2027 von 10–12 Uhr



25 Trainer*innen bieten an diesem Wochenende 30 Workshops für Menschen ohne und mit Vorkenntnissen an. Darunter:

- „Das war nicht gewaltfrei!“ – eins, zwei, drei, GFK-Polizei
- Mann und Vater sein. Klar. Liebevoll. Gestalten.
- „Shame on me!“ – Vom Selbsturteil zur Lebendigkeit
- I don't like this at all! – or the Skill of Broken-heartedness – in englischer Sprache

und viele andere mehr.

Das vollständige Programm finden Sie als Anhang an den Newsletter. Wir freuen uns, wenn Sie das Programm verteilen: elektronisch oder in Papier. Wenn Sie die Möglichkeit haben, Flyer auszulegen und zu verteilen, schicken wir Ihnen gerne Flyer zu. Bitte teilen Sie uns unter kontakt@gewaltfrei-muenchen.de mit, wie viele Flyer wir wohin schicken dürfen.

Und hier geht es zur Anmeldung.

4. Veranstaltungen in Thüringen

Wenn Sie im Oktober in Thüringen unterwegs sind, haben Sie vielleicht Zeit und Lust, an einer GFK-Veranstaltung des Zentrums Gewaltfreie Kommunikation Thüringen e.V. teilzunehmen.

Am 3.–4. Oktober finden dort die GFK-Tage 2026 im Bildungshaus St. Ursula, Erfurt statt.

5. 04.10.2026 – Geschichten vom gelebten Frieden

Das CNVC (Center for Non Violent Communication) organisiert dieses Jahr ein weltumspannendes 24-stündiges Fest der Resonanz und Zugehörigkeit.

Dabei geht es um den Austausch über die Bedeutung der Gewaltfreien Kommunikation in unserem Leben und unsere Verbindung zum Erbe der Gewaltlosigkeit.

Der 4.10. liegt genau in der Mitte zwischen zwei bedeutsamen Tagen:

- dem Internationalen Tag der Gewaltlosigkeit und Gandhis Geburtstag am 2. Oktober sowie
- Marshall Rosenbergs Geburtstag am 6. Oktober.



6. Offener GFK-Treff – jeden letzten Sonntag in ungeraden Monaten, 18–20 Uhr

Eine Trainerin / Ein Trainer aus dem Münchner Netzwerk gestaltet den kostenfreien Abend, zu dem Sie herzlich willkommen sind.

Themen sind zum Beispiel:

- Informationen über GFK generell, Übungsgruppen, Einführungsseminare, Trainerausbildungen
- Unterstützung bei Schwierigkeiten und Problemen im GFK-Alltag, z. B. „Warum hält meine (erwachsene) Tochter so wenig Kontakt zu mir?“
- Austausch über die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation, ihre Wirkung und Verbreitung im politischen und gesellschaftlichen Bereich

Weitere Informationen finden Sie hier auf unserer Website.

Netzwerk
Gewaltfreie Kommunikation
München e.V.

7. Auf geht's zur Olympiaalm – Mitgliederveranstaltung am Sa, 10.10.2026

Seid ihr neugierig auf die anderen Vereinsmitglieder? Habt ihr Lust auf Austausch, Spaß und Miteinander? Dann laden wir euch herzlich ein zu einem gemeinsamen Spaziergang im Olympiapark.

Wir treffen uns am Sa, 10.10.2026 um 10 Uhr an der U-Bahnhaltestelle Olympiazentrum, Aufgang BMZW-Welt/ Olympiapark an der Oberfläche.



Im Anschluss möchten wir noch zum gemütlichen Beisammensein im Biergarten der Olympiaalm einkehren.

Da wir – bei hoffentlich starker Resonanz – dort Plätze bestellen möchten, bitten wir um Anmeldung, auch von Partner*innen, Kindern und allen weiteren Menschen, die ihr mitbringt.

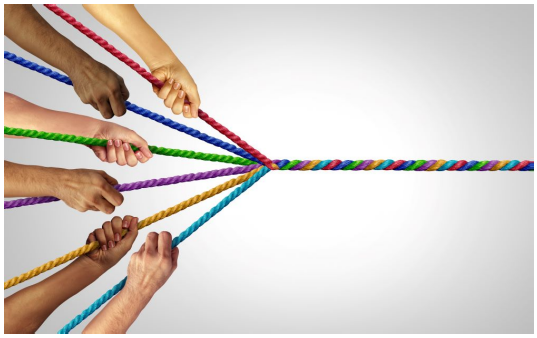
Wir freuen uns auf euch!

Eure Vorstände
Luise, Stefan, Marion, Désirée und Andrea

8. Mitgliederversammlung am Sa, 03.04.2027 – save the date

Am Sa, 03.04.2027 findet von 10–13 Uhr unsere nächste Mitgliederversammlung statt.

Kommet zu Hauf – wir freuen uns über Austausch, neue Impulse und Inspiration ;-)



9. Unsere Vereinssitzungen – Zukunft bewegen, mitgestalten, Gemeinschaft erleben

Vereinssitzung? Was soll ich da? Brauchen die MICH? Ich habe keine Ahnung, was da passiert! Da kenn ich doch niemanden! …

Vielleicht denken Sie so oder ähnlich?

Die Antwort lautet: **JA, wir brauchen Sie.**

Wirklich jedes Vereinsmitglied ist zu den Vereinssitzungen eingeladen. Fassen Sie sich ein Herz – wir freuen uns auf den Kontakt mit Ihnen.

Falls Sie noch Argumente benötigen: Hier finden Sie sie.



10. Protokolle unserer Vereinssitzungen: Immer informiert sein!

Möchten Sie per E-Mail informiert werden, wenn ein neues Protokoll im Mitgliederbereich hinterlegt ist? ⇒ Dann schicken Sie uns bitte eine E-Mail an unsere Geschäftsstelle: kontakt@gewaltfrei-muenchen.de

11. Unterstützen Sie uns dabei, die Gewaltfreie Kommunikation zu verbreiten



- Schicken Sie den Link zu unserer Website www.gewaltfrei-muenchen.de an andere Menschen, die sich für die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg interessieren.
- Wir freuen uns über Spenden, mit denen wir unsere Förderprojekte finanzieren. Über unser Online-Spendenformular können Sie einfach und unkompliziert jetzt sofort spenden. Da wir gemeinnützig sind, können Sie Spenden steuerlich geltend machen.
- Hier können Sie sich über die Mitgliedschaft informieren und beitreten.
- Vielleicht haben Sie auch die Möglichkeit, unseren Flyer zu verteilen? Auf unserer Website finden Sie unseren Vereinsflyer in elektronischer Form. Gerne schicken wir Ihnen auch Papier-Flyer zum Verteilen zu. Teilen Sie uns bitte unter kontakt@gewaltfrei-muenchen.de mit, wie viele Papierflyer wir Ihnen zum Verteilen und Auslegen zuschicken dürfen.

Danke.

Der Newsletter erscheint in der Regel 4 x im Jahr.
Ich freue mich über Anregungen und Rückmeldungen.
In Verbindung,

Andrea Pöhner

Vorstand und Schatzfrau im Netzwerk Gewaltfreie Kommunikation München e. V.
Postfach 86 07 69
81634 München
Telefon +49 89 21558369
E-Mail: kontakt@gewaltfrei-muenchen.de
www.gewaltfrei-muenchen.de
Persönlich erreichbar unter:
Telefon: +49 179 7367026
E-Mail: andrea.poehner@gewaltfrei-muenchen.de
Sitz des Vereins: München; Rechtsform: eingetragener Verein (e.V.) – Amtsgericht München
Registernummer: VR17056
Vertretungsberechtigt gemäß § 26 BGB: Désirée Mumelter, Luise Katzmann
Ladungsfähige Anschrift: Ruth-Drexel-Straße 146, 81927 München