



K U L T U R K R E I S • B U C K E N H O F

Frieden finden mit sich selbst und anderen – auf dem Weg zu einer Kultur aktiver Gewaltfreiheit

Freitag, 23. Februar 2024, 19:00

**Sitzungssaal im Rathaus Buckenhof,
Tennenloher Str. 1a**

Gewaltfreie Kommunikation nach Dr. Marshall Rosenberg ist eine spezielle Form von aktiver Gewaltfreiheit und beruht auf einer bestimmten inneren Haltung aus Wertschätzung und Aufrichtigkeit. Diese Haltung wirkt in mehrere Richtungen: Bei Konflikten mit sich selbst lenkt sie den Blick auf die eigenen unerfüllten Bedürfnisse. Sie lässt trauern, ohne sich selber dabei zu verurteilen. Und Trauer macht kreativ für andere Wege, wie die eigenen Bedürfnisse wirklich erfüllt werden können.

Bei zwischenmenschlichen Konflikten hilft diese Haltung, um eine hochwertige, empathische (einfühlsame) Verbindung aufzubauen: Wenn auch nur eine Konfliktpartei wertschätzend und aufrichtig agiert, steigt die Wahrscheinlichkeit, dass der „Funke“ überspringt: Beide Seiten tragen in gegenseitiger Freude am Geben und Nehmen zu Lösungen bei, die die Anliegen aller berücksichtigen. Beispiele werden diesen Prozess verdeutlichen.

Der Abend endet mit einem Ausblick auf andere Formen aktiver Gewaltfreiheit (www.aktivgewaltfrei.de): Wie z.B. kann gewaltfreier Widerstand zu einem Regimewechsel oder zur Deeskalation in einem Krieg beitragen?

Referent: Dr. Joachim Schneider, Vorsitzender vom pax christi –
Diözesanverband Bamberg

Eintritt frei, Spende erbeten