

EINLADUNG

Gewaltfreie Kommunikation (GfK) ist ein Kommunikationsmodell, das von Marshall B. Rosenberg entwickelt wurde. Ziel ist es, Konflikte einfühlsam und respektvoll zu lösen, indem die Bedürfnisse aller Beteiligten berücksichtigt werden.

Die Idee ist, durch einfühlsame Kommunikation Missverständnisse zu vermeiden und zu einer wertschätzenden, konstruktiven Zusammenarbeit beizutragen. GfK hilft, Konflikte friedlich zu lösen, indem es auf Verstehen und gegenseitigem Respekt aufbaut.

Die zentralen Themen des Seminars umfassen: Die Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation zur Förderung von Klarheit und Empathie, die Entwicklung eines authentischen Kommunikationsstils im beruflichen und gesellschaftlichen Umfeld sowie die praktische Umsetzung der GfK-Prinzipien zur Schaffung einer positiven und unterstützenden Arbeitsatmosphäre und gesellschaftlichen Koexistenz verschiedener Gruppen.

Herzlich willkommen zum Bildungsurlaub am Sankelmarker See!

Dr. Christian Pletzing
Akademiedirektor

Dr. Claudia Wunram
Seminarleitung

BILDUNGSURLAUB

Als Bildungsurlaub anerkannt in:

Brandenburg, Hamburg, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz, Schleswig-Holstein.

Für Baden-Württemberg, Nordrhein-Westfalen und Bremen sind Anerkennungen für uns nicht möglich.

Weiter Bundesländer auf Anfrage.

Die Teilnahme ist auch ohne Bildungsurlaubsanspruch möglich.

ANMELDUNG

Bitte melden Sie sich schriftlich oder telefonisch an. Sie erhalten umgehend Nachricht.

Seminarorganisation

Büro: Katy Johannsen, Tel.: 04630-55155

E-Mail: k.johannsen@sankelmark.de

KOSTEN

Die Seminargebühr beträgt je Person mit Übernachtung und Mahlzeiten:

im Einzelzimmer..... € 769,00

im Zweibettzimmer..... € 729,00

ohne Übernachtung/Frühstück..... € 669,00

Stornierung: Bei einer Absage 10-4 Tage vor Beginn der Veranstaltung berechnen wir 15 % der Tagungsgebühr, bei 3-1 Tag(en) vor Beginn 25 %, ab dem Anreisetag 50 %. Reist eine angemeldete Person ohne Mitteilung nicht an, ist der gesamte Veranstaltungspreis fällig.

Programmänderung vorbehalten.

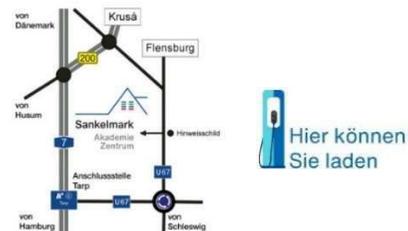
SEMINARLEITUNG

Dr. Claudia Wunram, Trainerin am Hamburger Institut für Gewaltfreie Kommunikation (HIGFK), zertifiziert durch CNVC, Übungsleiterin (Trainerzertifikat Osterberg-Institut).

ANREISE

Mit dem Auto erreichen Sie die Akademie über die Autobahn Hamburg-Flensburg-Kolding (A7), Abfahrt Anschlussst. Nr.4 Tarp. Weiter in Richtung Sörup bis zum Kreisverkehr: Von dort der U 67 (L317) in Richtung Flensburg folgen, bis nach ca. 6 km ein Hinweisschild den Weg zur Akademie weist.

Mit der Bahn: Bahnreisende fahren bis zum Bahnhof Flensburg. Von dort mit dem Taxi oder mit den Buslinien 640 Flensburg/Schleswig und 860 Flensburg-Tarp/Eggebek.



Akademie Sankelmark

AKADEMIEZENTRUM SANKELMARK

Akademieweg 6, 24988 Oeversee, Deutschland

Telefon 04630-550

www.sankelmark.de, akademie@sankelmark.de

BILDUNGSURLAUB

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation

Klarheit und Empathie in beruflichen und gesellschaftlichen Beziehungen



Seminar und Bildungsurlaub
22. bis 26. September 2025

Akademie Sankelmark
im Deutschen Grenzverein e.V.



PROGRAMM

Montag, 22. September 2025

- 12.30 Mittagessen
- 13.30 **Begrüßung, Kennenlernen und Einführung in das Thema. Erwartungen an das Seminar und eigenen Lernziele formulieren.**
Dr. Claudia Wunram, Hamburg
- 15.30 Tee, Kaffee und Erfrischungen
- 16.00 **Empathie und Sozialkompetenz als Schlüssel zur Prävention von Konflikten. Förderung von kreativer Konfliktkultur in der Gesellschaft**
Vortrag und Austausch
- 18.00 Abendessen
- 19.00 **Grundprinzipien der Gewaltfreien Kommunikation**
Kommunikationshaltung, Bedürfnisse, Freiwilligkeit und Selbstverantwortung. Vier methodische Schritte der Gewaltfreien Kommunikation
Vortrag und Austausch
- anschl. Nach(t)gespräche in der Seebär

Dienstag, 23. September 2025

- 7.30 Frühstück
- 9.00 **Selbstempathie am Beispiel aus dem Berufsalltag I**
Beobachtung versus Bewertung
Vortrag und Austausch
- 10.30 Kaffee, Tee und Erfrischungen
- 11.00 **Selbstempathie am Beispiel aus dem Berufsalltag II**
Gefühle versus Gedanken
Vortrag und Austausch

- 12.30 Mittagessen
- 14.00 **Selbstempathie am Beispiel aus dem Berufsalltag III**
Bitten versus Forderungen. Authentischer Selbstausdruck
Vortrag und Austausch
- 15.30 Kaffee, Tee und Kuchen
- 16.00 **Haltung und Menschenbild in der Gewaltfreien Kommunikation**
Vortrag und Austausch
- 18.00 Abendessen
- anschl. Nach(t)gespräche in der Seebär

Mittwoch, 24. September 2025

- 7.30 Frühstück
- 9.00 **Empathie für andere am eigenen Beispiel aus dem Berufsalltag**
Vortrag und Austausch
- 10.30 Kaffee, Tee und Erfrischungen
- 11.00 **Empathisches Zuhören**
im Klärungsgespräch
Vortrag und Austausch
- 12.30 Mittagessen
- 14.00 **Empathische Abgrenzung**
Nein sagen und die Verbindung halten
Vortrag und Austausch
- 15.30 Kaffee, Tee und Kuchen
- 16.00 **Empathische Vermutungen**
Vermutungen, Vertiefung und Rollenspiele
Vortrag und Austausch
- 18.00 Abendessen
- anschl. Nach(t)gespräche in der Seebär

Donnerstag, 25. September 2025

- 7.30 Frühstück
- 9.00 **Strategien zur Konfliktlösung**
Input Nervensystem, moderierte Konfliktlösung
Vortrag und Austausch
- 10.30 Kaffee, Tee, Erfrischungen
- 11.00 **Konflikte ansprechen**
Austausch und Demonstration
- 12.30 Mittagessen
- 14.00 **Umgang mit Fehlern, Arbeitsatmosphäre durch Wohlwollen prägen**
Vortrag und Austausch
- 15.30 Kaffee, Tee und Erfrischungen
- 16.00 **Feedbackkultur**
Vortrag und Austausch
- 18.00 Abendessen
- anschl. Nach(t)gespräche in der Seebär

Freitag, 26. September 2025

- 7.30 Frühstück
- 9.00 **Reflexion: Herausforderung und Möglichkeiten für den Transfer**
Austausch
- 10.30 Kaffee, Tee, Erfrischungen
- 11.00 **Integration in den Berufsalltag, Ressourcenaufbau**
Vortrag und Austausch
- 12.30 Mittagessen
- 13.30 **Feedback und Abschluss**
- 15.30 Ende des Seminars