

## EINLADUNG

Kommunikation hat für die betriebliche wie gesellschaftliche Weiterentwicklung große Bedeutung. Themen in gegenseitig wertschätzender und akzeptierender Weise mitzuteilen, erleichtert die Verständigung und das gemeinsame Handeln. Kommunikationsmodelle wie die von Schulz v. Thun können dabei eine große Hilfe sein. Theoretischer Input und praktisches Erproben werden ergänzt durch Kriterien gelingender Kommunikation, sowie Anleitung zu Gesprächsführung.

Herzlich willkommen zum Bildungsurlaub am Sankelmarker See!

Dr. Christian Pletzing    Antje Schwalbe-Kleinhuys M. A.  
Akademiedirektor      Seminarleitung

## BILDUNGSURLAUB

**Als Bildungsurlaub anerkannt in:** Berlin, Brandenburg, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz.

**Als Bildungsurlaub beantragt in:** Hamburg, Hessen, Schleswig-Holstein.

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

**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.: 04630-55112,  
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.

## SEMINARLEITUNG

**Antje Schwalbe-Kleinhuys M. A.**, Erziehungs- und Bildungswissenschaften, Uni Hamburg, Systemische Supervisorin und Coach (DGSv zert.) Systemische Beraterin (DGSF zert.), Feldenkrais-Pädagogin (liz. FVD).

## ANREISE

**Mit dem Auto** erreichen Sie die Akademie am einfachsten über die Autobahn Hamburg-Flensburg-Kolding (A7), Abfahrt Anschlussstelle 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 (Kosten ca. 20,00 EUR) oder mit den Buslinien 640 Flensburg/Schleswig und 860 Flensburg-Tarp/Eggebek. Zur Bushaltestelle „Tegelberg“ gehen Sie aus dem Bahnhofsgebäude links die „Serpentine“/Treppe hoch. Von dort gehen Sie links über die Brücke. Die erste Straße rechts ist „Tegelberg“, dort befindet sich die Bushaltestelle.



### Akademie Sankelmark

AKADEMIEZENTRUM SANKELMARK  
Akademieweg 6, 24988 Oeversee, Deutschland  
Telefon 04630-550  
www.sankelmark.de, akademie@sankelmark.de

BILDUNGSURLAUB

# Kommunikation leicht(-er) gemacht!

Mit sich und anderen klarkommen – zur Stärkung von Demokratie und sozialer Kompetenz



Seminar und Bildungsurlaub  
7. bis 11. April 2025

## PROGRAMM

### Montag, 7. April 2025

- 12.30 Mittagessen
- 13.30 **Begrüßung, Vorstellungsrunde und Einführung in das Thema: Was ist Kommunikation?**  
Antje Schwalbe-Kleinhuis M. A., Hamburg
- 15.30 Tee, Kaffee und Erfrischungen
- 16.00 **„Vier Seiten der Kommunikation“**  
Einführung in das Kommunikations-Modell von Schulz von Thun
- 18.00 Abendessen
- 19.00 **Die Kunst des Streitens in Gesellschaft und Politik**  
Film von Bernhard Pörksen und Friedemann Schulz von Thun  
Austausch und Diskussion
- anschl. **Die Kunst des Miteinander-Redens. Über den Dialog in Gesellschaft und Politik**  
Verteilen des Buches von Bernhard Pörksen und Friedemann Schulz von Thun an die Teilnehmenden  
Aufgabenstellung der Literatuarbeit am Mittwoch
- anschl. Nach(t)gespräche in der Seebar

### Dienstag, 8. April 2025

- 7.30 Frühstück
- 9.00 **Modell: Vier-Seiten der Kommunikation. Reflektion des eigenen Kommunikationsstils**
- 10.30 Kaffee, Tee und Erfrischungen

- 11.00 **Aktiv zuhören**  
Kurzvortrag und Vertiefung anhand des Themas Klimapolitik
- 12.30 Mittagessen
- 14.00 **Unterstützung der Klärungsprozesse durch Einbezug des Körpers**  
**Feldenkrais-Lektion: Achtsamkeit**
- 15.30 Kaffee, Tee und Kuchen
- 16.00 **Gespräche gezielt vorbereiten**
- 18.00 Abendessen
- anschl. Nach(t)gespräche in der Seebar

### Mittwoch, 9. April 2025

- 7.30 Frühstück
- 9.00 **Die Kunst des Miteinander-Redens. Über den Dialog in Gesellschaft und Politik**  
Literatuarbeit zur Meinungsbildung und Beitragserarbeitung
- 10.30 Kaffee, Tee und Erfrischungen
- 11.00 **Schwieriges Zweiergespräch**
- 12.30 Mittagessen
- 14.00 **Klärung beginnt im Körper**  
**Feldenkrais-Lektion für die Augen**
- 15.30 Kaffee, Tee und Kuchen
- 16.00 **Fragearten, Kritik konstruktiv äußern, Ich- und Du-Botschaften kennenlernen**
- 18.00 Abendessen
- anschl. Nach(t)gespräche in der Seebar

### Donnerstag, 10. April 2025

- 7.30 Frühstück

- 9.00 **Faktoren erfolgreicher Teamarbeit, Gesprächsleitfaden für schwierige Gespräche**
- 10.30 Kaffee, Tee, Erfrischungen
- 11.00 **Praxisberatung I: „Inneres Team“**  
Lösungsmöglichkeiten für eigene berufliche Anliegen
- 12.30 Mittagessen
- 14.00 **Klärung beginnt im Körper**  
**Feldenkrais-Lektion „Aufrichtung“**
- 15.30 Kaffee, Tee und Erfrischungen
- 16.00 **Praxisberatung II: Fallarbeit mit kollegialer Beratung**  
Lösungsmöglichkeiten für eigene berufliche Anliegen
- 18.00 Abendessen
- anschl. Nach(t)gespräche in der Seebar

### Freitag, 11. April 2025

- 7.30 Frühstück
- 9.00 **Thomann-Riemann-Modell**  
Vorstellung des Modells, unterschiedliche Kommunikationsmodelle
- 10.30 Kaffee, Tee, Erfrischungen
- 11.00 **Die Faktoren gelingender und erschwerender Kommunikation**
- 12.30 Mittagessen
- 13.30 **Zusammenfassung und Resümee**  
**Was nehme ich mit?**
- 15.30 Ende des Seminars

Programmänderung vorbehalten.