

Infos zu Seminar und Aufenthalt

Die Seminarziele

Mit der Einführung in die „Gewaltfreie Kommunikation“ haben Sie einen praktikablen Prozess kennengelernt, der Ihnen hilft, Ihre Wünsche, Ziele und Absichten deutlicher auszudrücken, ohne dabei Ihren Gesprächspartner zu manipulieren oder zu kritisieren.

Im Übungsseminar bauen wir auf Ihrem vorhandenen Wissen und Ihren Erfahrungen auf und festigen Ihre Fähigkeiten weiter. Es steht viel Zeit zur Verfügung, um eigene oder beispielhafte Themen mit Methoden aus der Gewaltfreien Kommunikation zu „durchdringen“ und daran zu lernen.

Sie üben Forderungen, Vorwürfe, Ärger und Kritik in Gefühle und Bedürfnisse zu übersetzen. Und Sie erfahren, wie Sie Ihren Ärger in eine kraftvolle Energie verwandeln können, die sie der Erfüllung Ihrer Bedürfnisse näherbringt.

Sie festigen Ihr Wissen, wie Sie Konflikte auflösen können, ohne Ihr Anliegen aufzugeben und ohne die Beziehung zu Ihrem Gesprächspartner zu gefährden. Sie erweitern Ihre empathischen Fähigkeiten und üben, wie man vom Konflikt zum Konsens findet.

Weiter lernen Sie, wie Sie sich selbst abgrenzen können und wie Sie mit einem „Nein“ auf Ihre Bitte umgehen können.

Sie gestalten das Seminar aktiv mit durch Ihre Fragen und Themen, die Sie einbringen. Sie werden genügend Raum haben zu üben und können Prozesse aus dem Einführungsseminar vertiefend trainieren.

Zwei zertifizierte Trainer (Anja Palitzka und Olaf Hartke) vermitteln Ihnen an 3 Tagen Theorie und begleiten Sie in Ihren Praxisbeispielen.

Der Seminarablauf

Sie haben die Möglichkeit, am Donnerstag in alle Ruhe ab 16 Uhr anzureisen und nach Ihrer Anreise mit uns gemeinsam um 18.00 Uhr zu Abend zu essen.

Jedoch können Sie auch erst am Freitagmorgen anreisen. Das Seminar startet um 10.00 Uhr nach dem Frühstück.

Nach einem Kennenlernen steigen wir in erste vertiefende Informationseinheiten der Gewaltfreien Kommunikation ein. Die Theorieeinheiten wechseln sich ab mit Kleingruppenarbeiten und Kommunikationsübungen anhand eigener mitgebrachter Beispiele oder anhand von „Lehrbuchsituationen“.

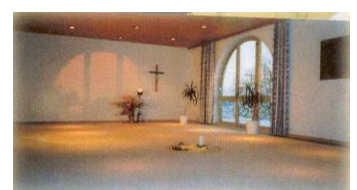
Die Seminartage am Freitag und Samstag enden um 18 Uhr und somit ist ausreichend Zeit und Gelegenheit für einen persönlichen Austausch in einem gemütlichen Gruppenraum mit Snacks und Getränken.

Zum Klostersaufenthalt:

Ein Einzelzimmer mit Dusche/WC ist im Gästehaus für Sie reserviert.

Die Bildungsstätte ist ein rauchfreies Gebäude, auch alle Gästezimmer sind Nichtraucherzimmer.

Die Hauptmahlzeiten und Kaffee und Kuchen am Nachmittag nehmen wir gemeinsam ein. Für Snacks und individuelle Wünsche sorgen Sie bitte selbst.



An- und Abreise

Anreise möglich: Donnerstag, den 15.12.2022 ab 16 Uhr
Gemeinsame Abendmahlzeit um 18.00 Uhr
möglich.

Seminarbeginn: Freitag, 16.12.2022 um 10.00 Uhr
Am Samstag- und Sonntagmorgen setzen wir
das Seminar nach dem Frühstück um 9.00 Uhr
fort.

Seminarende: Sonntag, 18.08.2022 gegen 16.00 Uhr

Veranstaltungsadresse

Das Bonifatiuskloster Hüfneld ist ein römisch-katholisches Kloster der
Oblaten der Unbefleckten Jungfrau Maria im osthessischen Hüfneld, die
daher auch Hüfnelder Oblaten genannt werden. Es wurde 1895 gegründet
und beherbergte bis 1971 eine philosophisch-theologische Hochschule.

Bonifatiuskloster Hüfneld
Klosterstraße 5

36088 Hüfneld

Ca. zwei Wochen vor Seminarbeginn werden wir Sie nochmal anschreiben
und Ihre Essenswünsche und/oder Essensunverträglichkeiten erfragen.

Sofern Sie weitere Fragen haben, senden Sie diese gern per Mail an
„anja.palitzka@t-online.de“. Am Anreisetag erreichen Sie uns telefonisch
unter 0152 33533 840.

Wir freuen uns auf Sie!

Anja Palitzka & Olof Jantke

