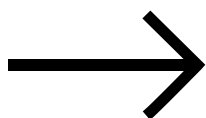




Vertiefungsseminar Gewaltfreie Kommunikation – Empathie für das ganze Selbst



Seminarnummer	234703	Seminar buchen
Datum	06.12.2023 bis 08.12.2023	
Seminarleitung	Petra Fleuth	
Seminarort	40213 Düsseldorf	
Veranstalter	Bildungswerk Stenden Kavalleriestraße 12 40213 Düsseldorf Telefon: 0211 862826-10 E-Mail: info@bildungswerk-stenden.de Web: www.bildungswerk-stenden.de	

Beschreibung

Wenn innere Konflikte, Schwankungen und Zerrissenheit uns hindern, klare Entscheidungen zu treffen, liegt die Lösung in der Arbeit mit unseren inneren Anteilen. Wenn wir ihre Anliegen, ihre Mission und Motivation entdecken und würdigen können, finden wir einen Weg für einen wertschätzenden inneren Dialog, der uns neue Handlungsfreiheit eröffnet.

- Mehr Selbstempathie: Eigene Bedürfnisse erkennen und wertschätzen
- Das innere Team als Metapher für unsere Bedürfnisse
- Innere Konflikte lösen - klare Entscheidungen treffen und authentisch vertreten
- Moderation des inneren Teams in Fallbeispielen und in praktischer Anwendung
- Die optimale Spielaufstellung des inneren Teams

Seminarzeiten:

Mi. - Fr., jeweils von 9.30 - 16.00 Uhr

Hinweis: Wenn eine Präsenzveranstaltung Corona-bedingt nicht möglich sein sollte, findet das Seminar als Virtual Live Training statt.

Dieses Seminar ist nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) als Bildungsurlaub in NRW anerkannt.

Teilnahmebedingungen (AGB), insbesondere in Bezug auf die Rücktrittskosten, und Informationen zum Datenschutz: www.bildungswerk-stenden.de



**bildungswerk
stenden**

politisch.
weiter.
bilden.



www.bildungswerk-stenden.de/seminarangebot



Vertiefungsseminar Gewaltfreie Kommunikation – Empathie für das ganze Selbst



Details

Mittwoch, 6.12.2023 (7 UStd.)

09.30 – 11.00 Uhr

Begrüßung, Erwartungsabfrage, Kennen lernen

Input und Übung: Das Modell des inneren Teams nach Friedemann Schulz von Thun als Metapher für verschiedene Bedürfnisse

11.15 – 12.45 Uhr

Übung in Kleingruppen:
Bedürfnisse identifizieren

13.30 – 15.00 Uhr

Input und Übung:
Moderation des inneren Teams

15.15 – 16.00 Uhr

Input und Diskussion in Kleingruppen:
Bedürfnisse in Balance bringen
Tagesauswertung

Donnerstag, 7.12.2023 (7 UStd.)

09.30 – 11.00 Uhr

Übung in Kleingruppen:
Moderation des inneren Teams anhand eigener Beispiele

11.15 – 12.45 Uhr

Auswertung und Diskussion im Plenum:
Hilfreiche Fragen zur Identifizierung der Bedürfnisse

13.30 – 15.00 Uhr

Input und Übung in Kleingruppen:
Folgen innerer Teamkonflikte – unterdrückte Bedürfnisse wahrnehmen

15.15 – 16.00 Uhr

Fortsetzung
Tagesauswertung



Vertiefungsseminar Gewaltfreie Kommunikation – Empathie für das ganze Selbst



Freitag, 8.12.2023 (7 UStd.)

09.30 – 11.00 Uhr

Input und Partnerarbeit:

Meine Berufsrolle

11.15 - 12.45 Uhr

Input und Übung:

Positive Absicht von inneren Außenseitern

13.30 – 15.00 Uhr

Input und Kleingruppenarbeit:

Empathie und empathische Begleitung von Prozessen

15.15 – 16.00 Uhr

Auswertung und Klärung offener Fragen

Literaturempfehlungen

Seminarauswertung

Gesamt 21 Ustd./ 3.00TT

Seminar buchen

