



15. - 19.07.2024

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation

Klarheit und Empathie in beruflichen & gesellschaftlichen Beziehungen



B I L D U N G S U R L A U B

Montag, 15.07.2024

12.30 – 13.30 Uhr
13.30 – 15.30 Uhr
16.00 – 18.00 Uhr

Anreise

Gemeinsames Mittagessen
Kennenlernen, thematischer Einstieg
Empathie & Sozialkompetenz als
Schlüssel zur Prävention von
Konflikten

19.00 – 20.30 Uhr

Grundprinzipien der GFK

Mittwoch, 17.07.2024

09.00 – 10.30 Uhr
11.00 – 12.30 Uhr
14.00 – 15.30 Uhr
16.00 – 18.00 Uhr

Empathie für andere am eigenen
Beispiel aus dem Berufsalltag
Empathisches Zuhören
Empathische Abgrenzung
Empathische Vermutungen &
Vertiefung

Freitag, 19.07.2024

09.00 – 10.30 Uhr
11.00 – 12.30 Uhr
13.30 – 15.30 Uhr

Reflexion: Herausforderungen &
Möglichkeiten für den Transfer
Integration in Berufsalltag
Feedback & Abschluss

Abreise

Täglich:

8.00 – 9.00 Uhr Frühstück
10.30 – 11.00 Uhr Kaffeepause
12.30 – 13.30 Uhr Mittagessen
15.30 – 16.00 Uhr Kaffeepause
18.00 – 19.00 Uhr Abendessen
19.00 – 20.30 Uhr Unterricht nach Bedarf oder Freizeit: Sauna, Schwimmbad ...

Dienstag, 16.07.2024

09.00 – 10.30 Uhr
11.00 – 12.30 Uhr
14.00 – 15.30 Uhr
16.00 – 18.00 Uhr

Selbstempathie am Beispiel aus dem
Berufsalltag I
Selbstempathie am Beispiel aus dem
Berufsalltag II
Selbstempathie am Beispiel aus dem
Berufsalltag III
Haltung & Menschenbild in der GFK

Donnerstag, 18.07.2024

09.00 – 10.30 Uhr
11.00 – 12.30 Uhr
14.00 – 15.30 Uhr
16.00 – 18.00 Uhr

Strategien zur Konfliktlösung, Input Nerven-
system, Moderierte Konfliktlösung
Konflikte ansprechen
Umgang mit Fehlern, Arbeitsatmosphäre,
Feedbackkultur

Preise 2024:

Einzelzimmer 720 € p. P.
Doppelzimmer 680 € p. P.
Tagesgast 620 € p. P. inkl. VP

Alle Preise inkl. Kost & Logis sowie Eintritt im angrenzenden
Schwimmbad mit Sauna.
Buchungen: www.nordsee-akademie.de
Nordsee Akademie, Flensburger Str. 18, 25917 Leck



Dozentin: Petra Brix

Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation,
Heilpraktikerin für Psychotherapie,
Therapeutin für Internal Family System (IFS)