



30.09. – 04.10.2024

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation

Klarheit und Empathie in beruflichen & gesellschaftlichen Beziehungen

 **NORDSEE AKADEMIE**

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

Montag, 30.09.2024

Anreise

- 12.30 – 13.30 Uhr Gemeinsames Mittagessen
- 13.30 – 15.30 Uhr Kennenlernen, thematischer Einstieg
- 16.00 – 18.00 Uhr Empathie & Sozialkompetenz als Schlüssel zur Prävention von Konflikten
- 19.00 – 20.30 Uhr Grundprinzipien der GFK

Mittwoch, 02.10.2024

- 9.00 – 10.30 Uhr Empathie für andere am eigenen Beispiel aus dem Berufsalltag
- 11.00 – 12.30 Uhr Empathisches Zuhören
- 14.00 – 15.30 Uhr Empathische Abgrenzung
- 16.00 – 18.00 Uhr Empathische Vermutungen & Vertiefung

Freitag, 04.10.2024

- 9.00 – 10.30 Uhr Reflexion: Herausforderungen & Möglichkeiten für den Transfer
- 11.00 – 12.30 Uhr Integration in Berufsalltag
- 13.30 – 15.30 Uhr Feedback & Abschluss

Abreise

Dienstag, 01.10.2024

- 9.00 – 10.30 Uhr Selbstempathie am Beispiel aus dem Berufsalltag I
- 11.00 – 12.30 Uhr Selbstempathie am Beispiel aus dem Berufsalltag II
- 14.00 – 15.30 Uhr Selbstempathie am Beispiel aus dem Berufsalltag III
- 16.00 – 18.00 Uhr Haltung & Menschenbild in der GFK

Donnerstag, 03.10.2024

- 9.00 – 10.30 Uhr Strategien zur Konfliktlösung, Input Nervensystem, Moderierte Konfliktlösung
- 11.00 – 12.30 Uhr Konflikte ansprechen
- 14.00 – 15.30 Uhr Umgang mit Fehlern, Arbeitsatmosphäre,
- 16.00 – 18.00 Uhr 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

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 ...



Dozentin: Petra Brix

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