



Gewaltfreie Kommunikation im Kloster erleben

Mit der Tanzparkett-Methode die innere Klarheit schärfen

Gewaltfreie Kommunikation im Kloster erleben

Die Gewaltfreie Kommunikation hilft uns, auch in Konfliktsituationen für Verbindung zu sorgen und Lösungen zu finden, die die Bedürfnisse aller Beteiligten im Blick behalten. Erleben Sie eine Auszeit im Kloster, in der Sie Beispiele aus dem beruflichen/ persönlichen Alltag mit Hilfe der Methode "Tanzparkette" (ohne tatsächliches Tanzen) einbringen &

01. - 05.12.2025, Mo., 9:00 - Fr., 16:45 Uhr

Kloster Marienstern
Güldenstern 1
04931 Mühlberg/Elbe

460,00 € Selbstzahlende,
600 € NGO/gemeinnützige Organisationen,
900 € Firmenpreis,
zzgl. Unterkunft ca. 80 € pro Nacht im EZ mit VP

[Details & Anmeldung](#)

Die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach Marshall Rosenberg gründet sich auf persönliche, sprachliche und kommunikative Fähigkeiten, die uns helfen, auch in angespannten Konfliktsituationen für gegenseitige Verbindung zu sorgen und zu Lösungen zu kommen, die die Bedürfnisse aller Beteiligten im Blick behalten. Sie bietet eine wirksame Grundlage für einen wertschätzenden und konstruktiven Umgang, gerade auch in beruflichen Zusammenhängen. Eingeladen zu diesem Bildungsurlaub sind alle Interessierten, die diese Art zu kommunizieren kennenlernen, sich an eigenen Beispielen aneignen und hilfreiche Hinweise für das Integrieren in den beruflichen Alltag erhalten möchten. Die einfühlsame und erfahrene Begleitung durch den Seminarleiter sowie die Methode Tanzparkett (Bodenanker) unterstützen Sie dabei, sich aktuellen Konflikten und herausfordernden Themen zu nähern und die Haltung der GfK zu Ihrer eigenen zu machen.

Methode Tanzparkett

Auch wenn es zunächst so klingen mag, wird bei dieser Art von Arbeit nicht getanzt. Es handelt sich vielmehr um eine Methode zur Visualisierung des GfK-Prozesses, bei der bestimmte Karten auf den Boden gelegt werden, unter anderem die vier Karten für Beobachtung, Gefühle, Bedürfnisse und Bitten. Auf dieses sogenannte Parkett nimmt man seinen Konflikt oder Frage mit. Dabei kommt es nicht darauf an, in einer bestimmten Reihenfolge zu gehen. Aus dieser Bewegung des Vor und Zurück ist die Bildlichkeit des Tanzparkettes entstanden.

Wer diese Methode einmal kennen gelernt hat, weiß die Klarheit der eigenen inneren Prozesse und der Orientierung durch die Karten sehr schätzen. Auch entstehen plötzlich Gefühle und Erkenntnisse wie aus dem Nichts, ähnlich wie bei Familienaufstellungen.

Seminarinhalte – Grundlage für gewaltfreies bzw. einfühlsames Kommunizieren: Die innere Haltung der GfK – Gehörtes aufnehmen, verarbeiten und darauf reagieren – Die vier Aspekte der Gewaltfreien Kommunikation und mögliche Stolpersteine – Einführung in verschiedene GfK-Methoden und Übungen, Schwerpunkt GfK Tanzparkett – Anwenden der GfK anhand konkreter Situationen aus Beruf und Alltag: Konfliktsituationen, Zusammenarbeit im Team, Entscheidungen – alles, was Sie gerade (beruflich) bewegt – Dialoge konstruktiv und partnerschaftlich gestalten – Auf wertschätzende Art und Weise Rückmeldung geben Zuhören, nehmen innere Anteile in den Blick, schauen auf Konfliktdynamiken und stärken unsere Ressourcen.

Ihre Dozierenden



Yan-Christoph Pelz

Yan-Christoph Pelz ist Trainer und Coach für Gewaltfreie Kommunikation.

In Workshops, Seminaren und Einzelberatungen begleitet er Menschen in ihren Entwicklungs- und Klärungsprozessen. Dabei verwendet er seit vielen Jahren bevorzugt Bodenparkette, von denen er manche selbst entwickelt hat (z.B. zu Wertschätzung, Schuld, Scham, Angst u.v.a.m.). Dazu sagt er: „Die Bodenparkette haben geradezu eine magische Wirkung. Auch in Situationen, die vorher unlösbar erscheinen, gewinnen Menschen auf dem Parkett – of

