



Raus aus dem Gegeneinander

Wie wir im Team (und darüber hinaus) wieder echte Lösungen finden

Raus aus dem Gegeneinander

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 ein Vertiefungsseminar im Kloster, in der Sie Beispiele aus dem eigenen Alltag einbringen & wertvolle neue Impulse mitnehmen können.

So-Fr, 15.11. – 20.11.2026

So.	16:30 - 20:30
Mo.	09:00 - 16:45
Di.	09:00 - 16:45
Mi.	09:00 - 16:45
Do.	09:00 - 16:45
Fr.	09:00 - 13:30

Kloster Marienstern
Güldenstern 1
04931 Mühlberg/Elbe

490,00 € Selbstzahlende,
630 € NGO/gemeinnützige Organisationen,
930 € Firmenpreis,
zzgl. Unterkunft ca. 80 € pro Nacht im EZ mit VP,
75 € pro Nacht pro Person im DZ mit VP

“Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum. In diesem Raum liegt unsere Macht zur Wahl unserer Reaktion.”
Viktor Frankl

Eingeladen zu diesem Vertiefungsseminar sind alle, die die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) bereits kennengelernt haben und diese im beruflichen sowie privaten Alltag vertiefen möchten. In einem strukturierten Rahmen bietet dieses Seminar die Möglichkeit, über eine ganze Woche hinweg die Theorie in die praktische Anwendung zu bringen. Wir arbeiten an konkreten Fallbeispielen aus Ihrem Berufs- und Privatleben. Ziel ist ein souveräner Umgang mit herausfordernden Situationen und ein bewusster Ausstieg aus destruktiven Kommunikationsmustern (“Gegeneinander”). Sie erhalten wertvolle Impulse für Ihre persönliche Weiterentwicklung und eine kooperative Zusammenarbeit am Arbeitsplatz. **Methode: Das GFK-Tanzparkett** Um Kommunikation erfahrbar zu machen, nutzen wir räumliche Landkarten der GFK-Prozesse. Mit Bodenankern (sog. GFK Tanzparkette) werden innere Abläufe visualisiert und begehbar gemacht. Diese Methode bietet eine überraschende Klarheit für komplexe Themen, da die körperliche Bewegung den kognitiven Prozess unterstützt: “Never walk when you can dance.” – Es geht darum, die hölzerne 4-Schritte -Folge zu verlassen und in einen flüssigen, authentischen Dialog zu finden. **Seminarinhalte** – GFK-Konzepte vertiefen: Wir schärfen den Blick für die vier Schritte (Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis, Bitte) und lernen, Urteile und Bewertungen sicher zu übersetzen. – Präsenz im Dialog: Wir üben, Gehörtes wirklich aufzunehmen, zu verarbeiten und in brenzligen Momenten authentisch zu reagieren. – Stolpersteine meistern: Wir spüren Kommunikationsbarrieren auf und finden Wege, wie wir nach einem “Abriss” schnell wieder zur Verbindung zurückkehren. – Souveränität in Dynamiken: Wir trainieren, bei uns zu bleiben, wenn andere uns an unsere Grenzen bringen oder Widerstand im Raum steht. – Prozesse gestalten: Wir lernen, Entscheidungen konstruktiv zu treffen und Rückmeldungen so zu geben, dass sie die Zusammenarbeit stärken. – Den Alltag vorbereiten: Wir entwickeln Strategien, wie du die GFK-Haltung nachhaltig in dein Team und deine Organisation integrierst.

Nutzen / Seminarziele – Erhöhung der sozialen Kompetenz: Verbesserung des persönlichen Kommunikationsverhaltens unter Druck. – Konstruktives Konfliktmanagement: GFK als effektives Werkzeug im beruflichen Kontext anwenden. – Innere Orientierung: Bedürfnisse als klaren Kompass nutzen und sicher mit intensiven Emotionen umgehen. – Kooperation stärken: Dialoge partnerschaftlich gestalten und nachhaltige Lösungen finden.

Gesonderte Stornobedingungen

Treten Sie bis 8 Wochen vor Seminarbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 35,00 Euro. Bei einem Rücktritt bis 2 Wochen vor Beginn werden 50% der Seminargebühren und die Kosten für Unterkunft/Verpflegung fällig, danach wird der Gesamtbetrag für Kursgebühr sowie für Unterkunft/Verpflegung berechnet.

Bei Nichtteilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung. Falls wir die Veranstaltung absagen müssen, geben wir Ihnen so früh wie möglich Bescheid und erstatten den Beitrag.

Wir empfehlen den Abschluss einer Seminarrücktrittsversicherung.

Dozierende



Markus Castro

Markus Castro - Zertifizierter Trainer für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC), Moderator für Gruppenentscheidungen (SK, Soziokratie, Metaplan), Ingenieur für Elektrotechnik, staatlich anerkannter Erzieher

Arbeitsschwerpunkte: Gewaltfreie Kommunikation, eArbeitsschwerpunkte: Gewaltfreie Kommunikation, emotionale Prozessbegleitung auf Bodenankern, Paarbegleitung und Konflikt-Moderation in Gruppen

