

Corona-Info:

Dieser Bildungsurlaub wird präsent vor Ort stattfinden. Sollte aufgrund der gesetzlichen Vorgaben eine Veranstaltung vor Ort nicht möglich sein, wird der Bildungsurlaub als Online-Veranstaltung durchgeführt.

Fragen zur Beantragung des Bildungsurlaubs?

Rufen Sie uns an: 0221 – 93 18 03 0



Melanchthon Akademie

Bildungsangebote zwischen
Himmel und Erde

Melanchthon-Akademie

Kartäuserwall 24 b | 50678 Köln
Telefon: 0221 93 18 03-0 | Fax: -20

anmeldung@melanchthon-akademie.de
www.melanchthon-akademie.de

Selbst- und
Nächstenliebe üben



 EVANGELISCH LEBEN
IN KÖLN UND REGION

Montag bis Freitag
24. bis 28. April 2023



Melanchthon Akademie

Bildungsangebote zwischen
Himmel und Erde

▼ Selbst- und Nächstenliebe üben

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) in Verbindung mit christlicher Spiritualität

Liebe deinen Nächsten wie Dich selbst! Wer will das nicht? Doch wenn es an die alltägliche Umsetzung geht, wissen wir oft nicht, wie das konkret aussehen kann. Oder wir bemerken frustriert unser Scheitern an diesem hohen Anspruch.

Auf der Suche nach Antworten ist die „Gewaltfreie Kommunikation“ (GFK) nach Marshall Rosenberg eine hilfreiche Inspirationsquelle. Dieser Bildungsurlaub beinhaltet eine ausführliche Einführung in die Methode und Haltung der Gewaltfreien Kommunikation und verbindet sie mit christlicher Spiritualität. In der Haltung der GFK finden wir einen Weg, wie wir christliche Werte leben können. Durch die Methodik der GFK bekommen wir konkrete Schritte an die Hand, wie wir Nächsten- und Selbstliebe praktizieren können.

Das Gelernte wird an Beispielen aus dem (Arbeits-)Alltag gemeinsam eingeübt. Die Grundzüge der Gewaltfreien Kommunikation werden in Bezug zu christlichen Werten gesetzt und hilfreiche Verknüpfungen mit dem christlichen Glauben werden herausgearbeitet. Da der Weg mit der Gewaltfreien Kommunikation bei uns selbst beginnt, wird es neben inhaltlichem Input viel um Austausch, Nachspüren und Selbstreflexion gehen.

Bildungsurlaub

Seminarnummer U402H

Montag, 24. bis Freitag, 28. April 2023 | 9³⁰-16³⁰ | 320€

▼ Seminarziele:

- In der Auseinandersetzung mit der GFK entwickeln Sie eine innere Haltung, die dazu beiträgt, Ihre eigenen Gefühle und Bedürfnisse genauso ernst zu nehmen, wie die Ihres Gegenübers.
- Sie lernen Sichtweisen und Methoden kennen, die Ihnen zu mehr Selbstwirksamkeit verhelfen. Mit der Zeit finden Sie immer schneller heraus, was sie wirklich wollen, und können deshalb besser für sich selbst sorgen.
- Sie üben intensives Zuhören und stärken Ihr Empathievermögen. Sie lernen, zu hören, worum es dem Anderen wirklich geht.
- Sie lernen, in Konflikten gelassener zu bleiben und aktiv zu ihrer Lösung beitragen. So kommen Sie leichter zu konstruktiven Lösungen, die von den anderen Beteiligten mitgetragen werden.
- Sie wissen, wie Sie Ihr Verhalten gezielter nach Ihren Werten ausrichten können.



Patricia Karuhtz ist studierte Erziehungs- und Politikwissenschaftlerin. Als Trainerin, Coachin und Mediatorin begleitet sie Menschen in ihren Lern- und Entwicklungsprozessen. Die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B.

Rosenberg ist dabei ein wichtiger Kompass und steht im Zentrum ihrer Angebote. Als aktive Christin beschäftigt sie die Frage, wie christliche Werte im Alltag authentisch gelebt werden können. Ein Herzenswunsch ist es ihr, die Idee und Methode der Gewaltfreien Kommunikation für dieses Anliegen bekannt und fruchtbar zu machen.

www.patricia-karuhtz.de