



17. – 21.02.2025

Kommunikation leicht(-er) gemacht

Mit sich und anderen klar kommen ...

Montag, 17.02.2025

Anreise

12.30 – 13.30 Uhr

13.30 – 15.30 Uhr

16.00 – 18.00 Uhr

19.00 – 20.30 Uhr

Anreise + Mittagessen
Begrüßung, Vorstellungsrunde +
Einführung ins Thema
Das Kommunikationsmodell
Schulz von Thun
Fachfilm "Die Kunst des Streitens
in Gesellschaft und Politik"



NORDSEE AKADEMIE

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

Mittwoch, 19.02.2025

9.00 – 10.30 Uhr

11.00 – 12.30 Uhr

14.00 – 15.30 Uhr

16.00 – 18.00 Uhr

Literaturarbeit "Die Kunst des Mitein-
ander-Redens..." zur Meinungsbildung
u. Beitragserarbeitung
Schwieriges Zweiergespräch
Klärung beginnt im Körper
Fragearten, Kritik konstruktiv äußern,
Ich- und Du- Botschaften

Freitag, 21.02.2025

9.00 – 10.30 Uhr

11.00 – 12.30 Uhr

13.30 – 15.30 Uhr

15.30 Uhr

Thomann-Riemann-Modell
Faktoren gelingender & erschwer-
ender Kommunikation
Zusammenfassung & Resümee,
Was nehme ich mit?
Ende & Abreise

Dienstag, 18.02.2025

9.00 – 10.30 Uhr

11.00 – 12.30 Uhr

14.00 – 15.30 Uhr

16.00 – 18.00 Uhr

Modell: Vier-Seiten der Kommunikation,
Reflektion eigener Kommunikationsstil
Aktiv zuhören - Kurzvortrag + Vertiefung
Feldenkrais-Lektion: Achtsamkeit
Gespräche gezielt vorbereiten

Donnerstag, 20.02.2025

9.00 – 10.30 Uhr

11.00 – 12.30 Uhr

14.00 – 15.30 Uhr

16.00 – 18.00 Uhr

Faktoren erfolgreicher Teamarbeit,
Gesprächsleitfaden f. schwierige Gespräche
Praxisberatung I, Modell "Inneres Team"
Klärung beginnt im Körper: Aufrichtung
Praxisberatung II, kollegiale Beratung

Preise:

Einzelzimmer 769 € p. P.

Firmenpreis 999 € p. P. inkl. MwSt.

Doppelzimmer 729 € p. P.

Tagesgast 669 € p. P. inkl. VP

**Frühbucherrabatt: minus 50 € auf die
o.g. Preise. Gilt für eingehende Online-
Anmeldung bis zum 31.10.2024.**

Alle Preise inkl. Kost & Logis, Buch sowie Eintritt
im angrenzenden Schwimmbad mit Sauna.

Buchungen: www.nordsee-akademie.de
Nordsee Akademie, Flensburger Str. 18, 25917
Leck

Nächste Möglichkeit:

07. - 11.04.2025 Akademie Sankelmark

Programmänderungen vorbehalten.

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: Antje Schwalbe-Kleinhuis

M.A. Erziehungs- & Bildungswissenschaften,
Feldenkrais-Pädagogin, systemische Beraterin,
Supervisorin & Coach

