

## 7 Seminare

1. Selbstwert, Selbstliebe, Selbstachtung
2. „Wer bin ich, und wenn ja, wie viele?“
3. Abgrenzung und Offenheit
4. Standpunkt und Flexibilität
5. Wertschätzende und gewaltfreie Kommunikation
6. Freudvolles und mutiges Konflikttraining
7. Feier und Gestaltung einer Sozialen Plastik



### Termine:

08./09.02.2019 27./28.09.2019  
29./30.03.2019 22./23.11.2019  
14./15.06.2019

freitags 18.00 - 21.00 Uhr  
samstags 10.00 - 18.00 Uhr (mit Mittagspause)

Termine für 2020 in Abstimmung mit den Teilnehmer\*innen.

gebührenfreier

### INFO-ABEND

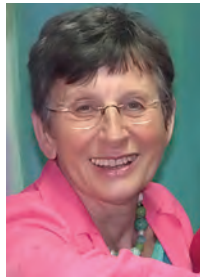
Freitag, 18. Januar 2019 • um 18.30 Uhr

Kursusnummer: 5556



### Karin Lohöfener

Dozentin für Kommunikation  
Syst.- lösungsorientierte Beratung  
Psychotherapie (HP)



### Barbara Schubert

Selbst. Kauffrau im Einzelhandel  
Motivationscoach  
Tanz und Kommunikation



### Grit Wuttke

Diplom-Kunsttherapeutin (FH)  
Systemische Therapeutin  
Psychotherapie (HP)



Anmeldungen:

Evangelische  
Familien-Bildungsstätte

Telefon: 0 51 41-90 90 365 und 90 90 366  
info@fabi-celle.de | www.fabi-celle.de

# FORTBILDUNG SOZIALE KUNST



Die Kunst  
des guten  
Miteinanders



# „Wir müssen die Veränderung sein, die wir in der Welt sehen wollen.“

(Mahatma Gandhi)

Die Ziele dieser Fortbildung sind eine verbesserte Selbst- und Fremdwahrnehmung und das Erlernen von neuen Verhaltens-Wahlmöglichkeiten. Die Befreiung von einengenden Verhaltensmustern ermöglicht freudvolle und sinnstiftende Begegnungen. Im Sinne der Sozialen Plastik lernen wir, uns bewusst und spontan in soziale Prozesse einzubringen und aus unserem Schneckenhaus herauszutreten. Der Begriff der Sozialen Plastik wurde von Josef Beuys geprägt und bedeutet konkret, die aktive Gestaltung unseres Miteinanders als neue Kunstform zu begreifen und zu leben. Wir arbeiten mit kreativen Methoden, Körperwahrnehmung, Ausdruck und Reflexion. Die theoretischen Modelle werden durch Worte und Filme lebendig und verständlich vermittelt.



## 1. Selbstwert, Selbstliebe, Selbstachtung

- Wie höre und vertraue ich auf mein Bauchgefühl?
- Herzensbildung.
- Welche Gedanken stärken mich?
- Wie spüre und zeige ich Würde?

*„Liebe ist keine Frage des Objekts, sondern der inneren Haltung.“ (Erich Fromm)*

## 2. „Wer bin ich, und wenn ja, wie viele?“

- Typenmodelle verstehen und erfahren: Inneres Team, Archetypen, Anima und Animus.
- Inneres Kind und der Vielfarben-Mensch.
- Welcher Teil von mir trifft auf welchen Teil von dir?
- Wie ergänzen und inspirieren wir uns gegenseitig?

*„Einzelne sind wir Worte, zusammen ein Gedicht!“*

## 3. Abgrenzung und Offenheit

- Wie gelingt mir eine gesunde Balance zwischen Abgrenzung und Offenheit?
- Woher nehme ich den Mut für eine selbstbestimmte Entscheidung?
- Wie gestalte ich Kontakt?

*„Wer immer offen ist, ist nicht ganz dicht!“*

## 4. Standpunkt und Flexibilität

- Was ich von Steinen, Pflanzen und Tieren lernen kann.
- Ohne Standpunkt verliere ich mich!
- Ohne Flexibilität – keine Entwicklung!
- Verschieben, Aussitzen und Durchsetzen – Stehen, Gehen und Tanzen.

*„Ein Standpunkt ist kein Stehpunkt, sondern ein Drehpunkt!“*

## 5. Wertschätzende und gewaltfreie Kommunikation

- In gutem Kontakt mit unseren Bedürfnissen erkennen und respektieren wir uns und andere.
- Kommunikationspsychologie: Rogers, Rosenberg, Gandhi und Lorient.
- Verbale und nonverbale Kommunikation.

*„Der Ton macht die Musik! Wie ich in den Wald hinein rufe ...“*



## 6. Freudvolles und mutiges Konflikttraining

- Eigene Werte gewaltfrei und deutlich vertreten.
- Eintreten für meine, deine und unsere Bedürfnisse.
- Gemeinsam Lösungen finden.
- Entspannt Nein! sagen, mutig Ja! sagen.

*„Es gibt amüsantere Dinge als Leute zu verhaßen!“ (Muhammad Ali)*

## 7. Feier und Gestaltung einer Sozialen Plastik

*„Ohne die Tat ist alles nur Geplapper!“ (Galsan Tschinag)*

Kursusnummer: 5555 • Gebühr: € 1.260,-

(in vier Raten bezahlbar)