

BEITRÄGE UND ANMELDUNG

Beitrag DZ/VP	560 €
Beitrag EZ/VP	660 €
zzgl. Kosten (Kurtaxe pro Nacht)	3,50 €

Alle Beiträge beziehen sich auf Programm, Vollverpflegung – natürlich auch vegetarisch – und Unterbringung im Doppelzimmer mit Dusche/WC. Einzelzimmer: Zuschlag 25€/Nacht. Über unsere AGB informieren Sie sich bitte auf unserer Internetseite.

Bitte schriftlich, per Fax, E-Mail oder über unsere Internetseite mit Name(n), Adresse, Tel./ Fax/ E-Mail sowie Datum und Titel des Seminars sowie Zimmerwunsch (DZ/EZ).



SO FINDEN SIE UNS!

Bad Bevensen liegt an der B4 zwischen Lüneburg und Uelzen und ist Bahn-Station auf der Strecke Hamburg – Hannover. Unser Bildungs- und Tagungshaus liegt im Ortsteil Medingen unmittelbar vor dem Kloster am Ufer der Ilmenau. Fußweg vom Bahnhof: 20 Minuten, Taxi über Telefon (058 21) 30 12 bzw. 1010.

Gustav Stresemann Institut in Niedersachsen e.V.
Europäisches Bildungs- und Tagungshaus Bad Bevensen
Klosterweg 4 | 29549 Bad Bevensen
Tel.: (0 58 21) 9 55-0 | Fax: (05 82 1) 9 55-29 9
info@gsi-bevensen.de | www.gsi-bevensen.org



Qualitätszertifiziert nach LQW
(Lernerorientierte Qualität in der
Weiterbildung) | Mitglied im
Niedersächsischen Landesverband der
Heimvolkshochschulen e.V.



WEGE INS NEUE JAHR

.....
– erlebnispädagogische Methoden zur
Selbstreflexion von Personen und Gruppen –
08.12.2025 – 12.12.2025



WEGE INS NEUE JAHR

- ERLEBNISPÄDAGOGISCHE METHODEN ZUR SELBSTREFLEXION VON PERSONEN UND GRUPPEN -

Dieses Seminar soll aktive und kreative Methoden zur Selbstreflexion vermitteln.

Die Systematik folgt hierbei der „Theorie U“ aus der Wirtschaftswissenschaft, bei der aufeinander aufbauende Stationen durchlaufen werden, um zu evaluieren, welche Erfahrungen in der Vergangenheit gemacht wurden und wie der Status quo ist um aus einem Moment des „Leerwerdens“ Impulse für die Zukunft zu erkennen und zu verstetigen.

Neben dem Erleben der Methodenvielfalt wird daher Fragen nachgegangen wie: Welche Wege bin ich im vergangenen Jahr gegangen, wo stehe ich jetzt und was kommt in den nächsten Monaten?

Diese Fragen werden je zum Teil im Gespräch oder kreativ im Seminarraum bearbeitet und zum Teil „auf dem Weg“, bei ausgedehnten Spaziergängen, reflektiert und weiter bearbeitet.

Vielfältige Methoden werden vermittelt, welche die Achtsamkeit steigern, Resilienz gegenüber Stress und Veränderungen stärken und kommunikative Fähigkeiten im Team fördern. Dazu gehören Werkzeuge zur Selbsterkenntnis, Methoden zur Gruppenkommunikation, fokussierende, kreative und meditative Einheiten.

Und täglich ein Spaziergang. Bitte geeignete Kleidung und Schuhwerk mitbringen.

Zielgruppe: Menschen in sozialen und Bildungsberufen sowie Personalverantwortliche und Führungskräfte.

Seminarbeginn: Montag, 11.00 Uhr
Seminarende: Freitag 12.30 Uhr
Seminarzeiten: 9.00 – 12.30 Uhr, 15.30 – 18.00 Uhr
(Montag 14.00 – 18.00 Uhr), 19.00 – 20.30 Uhr

Montag, den 08.12.2025

Begrüßung, Einstiegsmeditation, Vorstellungsrunde, Erwartungshorizont. Methodenvermittlung, Atem-Meditationstechniken. Gesprächsformat „Council“. Kreatives Schreiben.

Dienstag, den 09.12.2025

Erlebnispädagogischer Spaziergang: Einstieg in bewegte Methoden zum Austausch in Kleingruppen. Vermittlung von Methoden für einen persönlichen Jahresrückblick, aufeinander aufbauende Meditationen als Unterbrechung und Methodenwechsel.

Mittwoch, den 10.12.2025

Methode Lernkarussell, Kleingruppendiskussion zur Anwendbarkeit der Methode im eigenen beruflichen Zusammenhang. Methodenvermittlung „Wo stehe ich jetzt?“ Übungen in Kleingruppen, Diskussion im Plenum.

Donnerstag, den 11.12.2025

Spaziergang mit Vortrag: Natur als Spiegel. Erkennen von Herausforderungen und Chancen, meditative Übungen zum Vortrag. Musikpädagogischer Input: Was kommt mir aus der Zukunft entgegen? Was will sich entwickeln?

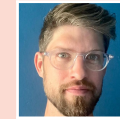
Freitag, den 12.12.2025

Abschlussübung „Council“. Einzelarbeit mit Kreativ-Methode: Was nehme ich von diesem Seminar mit? Austausch im Plenum zu Möglichkeiten der Integration im beruflichen Umfeld.

MAHLZEITEN

ab 7.30 Uhr	Frühstück
12.30–13.30 Uhr	Mittagessen
14.30–16.00 Uhr	Kaffeepause
ab 18.00 Uhr	Abendessen

DOZENT:



Michael Charbonnier

Ausstellungsmanager und Bildungsreferent, Bienenbüttel und Hermannsburg. Schwerpunkte: Nachhaltigkeit, inneres Wachstum, öko-soziale Transformation, Erlebnis – und Wildnispädagogik, Handwerk. |

PÄDAGOGISCHER MITARBEITER:



Jude Daniel Tolo Germanist und Komparatist, M.A. & M.Ed. Deutsch als Fremdsprache und Pädagogik |

Tel.: +49 (0)5821 955-117
E-Mail: jude.tolo@gsi-bevensen.de

DAS GUSTAV STRESEMANN INSTITUT

Das Gustav Stresemann Institut in Niedersachsen e.V. ist eine private, überkonfessionelle, überparteiliche und nach dem niedersächsischen Erwachsenenbildungsgesetz anerkannte Heimvolkshochschule, die unter anderem von Bundes- und Landesstellen gefördert wird.

Unser Tagungshaus liegt in der Lüneburger Heide am Rande von Bad Bevensen, inmitten eines romantischen ehemaligen Klosterparks am Ufer der Ilmenau. Die Seminarräume befinden sich in fünf teilweise historischen Gebäuden.

Wir bieten jährlich über 200 Seminare an. Sie als lernender Mensch und gelungenes Lernen stehen seit Beginn unserer Tätigkeit stets im Mittelpunkt. Lebendigkeit und Spaß am Lernen zeichnet unsere Fremdsprachangebote aus.