

Zur eigenen Einstellung stehen – im Dezember!

Kurz-Seminar mit praktischen Beispielen

Eigentlich ist dies ein **Kommunikationsseminar**. Kommunikationstechniken allein reichen hier nicht aus, um trotz der besonderen Herausforderungen mit einer individuellen Einstellung respektiert zu werden. Deshalb ist es auch ein **Seminar zur Persönlichkeitsentwicklung**. Es richtet sich an **Menschen, die von den Feiertagserwartungen ihres Umfeldes abweichen**.

Jeder weiß, dass es möglich ist, die Feiertage unterschiedlich zu verbringen und dass Menschen unterschiedliche Vorlieben haben, wie sie die Feiertage verbringen mögen. Trotzdem gibt es sehr viele Menschen, die den eigenen Umgang mit den Feiertagen nicht nur für sich selbst selbstverständlich finden sondern mit einer ausgeprägten Selbstverständlichkeit auch auf andere übertragen. Im Gespräch kommt dann meistens noch dazu, dass die Wortwahl und die Art des Aussprechens zeigen, dass Erwartungen und/ oder Bedürfnisse erfüllt werden sollen.

Die **Erwartungen** beziehen sich meistens auf das familiäre Beisammensein, die Menge an Liebsten, die man im Dezember besucht, Dekoration, Geschenke, Ruhe und Besinnlichkeit mögen – Stress erzeugen und Silvesterrituale. **In einem Gespräch zu sich selbst zu stehen, ist im Dezember und Anfang Januar schwieriger** als im Rest des Jahres. Denn selbst wenn man in einem bestimmten Umfeld die Einstellungen und Vorlieben teilt, zum Beispiel ruhige Vorweihnachtszeit, wir schenken nur den Kindern was, kommt eine andere Person mit der ihr eigenen Selbstverständlichkeit und Frage, was Sie sich denn alle untereinander geschenkt haben.

Ist es möglich, das Entsetzen des Gegenübers auszuhalten? Ist es erlaubt, aufzuzeigen, dass es Alternativen gibt? Ist es überlebbar, die Erwartungen und Bedürfnisse des Gegenübers NICHT zu erfüllen? Ist es unverschämt, sich NICHT über „Ich will doch nur eine Freude bereiten.“ zu freuen? Ist es undankbar, ignorant, respektlos, unhöflich, unfreundlich...? Ist es egoistisch, eigene Wünsche zu haben und diese auszuleben?

Im Seminar gehen wir **konkrete Möglichkeiten der Kommunikation** durch. Sie dürfen gern Beispiele (Herausforderungen) mitbringen. Damit das Ausgesprochene oder Geschriebene **zu einer glaubwürdigen und respektablen Aussage wird**, ist es notwendig, dass Sie sich Ihre Einstellung erlauben und von Ihrer Einstellung überzeugt sind. Und nicht zu vergessen: Das setzt voraus, dass Sie Ihre Einstellung kennen. Zwar ist es schwieriger, aber **es ist auch in Bezug auf die Feiertage möglich, einen persönlichen Standpunkt zu vertreten und zu sich selbst zu stehen**.

Jeder darf etwas sagen. **Niemand muss** etwas sagen. Jeder darf sich etwas anhören. Niemand muss sich etwas anhören. Selbstverständlich bleibt alles Gesprochene in diesem Raum und wird nicht nach außen getragen.

Zeit: **Samstag, 20.12.2025, 15.00** – ca. 19.00 Uhr

Ort: **Bäbelitz 6**, 17179 Behren-Lübchin

Teilnehmer: mind. 3, max. 6

Teilnahmegebühr: **50 €** pro Person (42,02 € netto + 19 % Umsatzsteuer 7,98 € = 50 € brutto)

Die Anmeldung ist erst gültig nach Eingang der Teilnahmegebühr. Wenn Sie Ihre Anmeldung weniger als eine Woche vorher rückgängig machen oder ohne Abmeldung nicht teilnehmen, haben Sie die volle Teilnahmegebühr zu zahlen.

Ausstrahlung,
persönliche Wirkung
und Kommunikation

Alessa Knoop-Lübke
Dpl.-Ing., M.A.
www.mensch-tier-gemeinsam.de