

## Mangel und Fülle in herausfordernden Zeiten

Der Beitrag von Gewaltfreier Kommunikation (GFK) und christlicher Spiritualität  
zum Umgang mit den gegenwärtigen multiplen Krisen

### Bildungsurlaub

**Seminarnummer:** 244139H

**Wann?** Mi., 13.03.24 - Fr., 15.03.24

**Wo?** Hackhauser Hof, Hackhausen 5b,  
42697 Solingen

**Wer?** Seminarleitung  
Prof. Dr. Gottfried Orth,  
Dr. Martin Horstmann



Wir schauen auf die Wirklichkeit von Mangel und die Erfahrung von Fülle in den gegenwärtigen Krisen. Welche Narrative prägen uns und die Krisen, welche Bedürfnisse stehen dahinter und was kann helfen, heilsame Prozesse einzuleiten?

Zuvor geht es um die Verbindung von GFK und christlicher Spiritualität, um eine Basis für die Fragen von "Mangel & Fülle" zu legen. Wir starten mit einem Überblick über den Zusammenhang zwischen GFK-Prozessen und geistlichen Übungen. Daran schließen sich Workshops an, bei denen es um die Verbindung von GFK und christlicher Spiritualität geht (Gebet, Bibliolog, Bibelarbeit).

Dazwischen gibt es Open Raum für eigene spirituelle Fragen und geistliche Erfahrungen und für die Reflexion der GFK im kirchlichen bzw. christlichen Kontext.

#### Seminarziele:

- Bezüge der GFK zu gesellschaftlichen Entwicklungen erkennen
- GFK-Prozesse für Wandel und Transformation nutzen
- Spiritualität als Ressource für Wandel und Transformation nutzen
- Rolle/Funktion von spirituellen Praktiken einordnen können
- Narrative des Anthropozän (G. Dürbeck) kennenlernen und verstehen
- Umgang mit Mangel und Fülle reflektieren und als Resilienzquelle nutzen

## **Mangel und Fülle in herausfordernden Zeiten**

Der Beitrag von Gewaltfreier Kommunikation (GFK) und christlicher Spiritualität  
zum Umgang mit den gegenwärtigen multiplen Krisen

### **Seminarablauf**

#### **Mittwoch, 13. März**

- 11:00-11:45 Uhr Einführung in das Programm, Einstieg ins Thema
- 12:00-13:30 Uhr Erfahrungsaustausch: GFK in kirchlichen Kontexten
- 15:00-16:30 Uhr Verbundenheit: Einführung
- 17:00-18:30 Uhr Verbundenheit: Die sechs spirituellen Dimensionen
- 19:30-20:15 Uhr Verbundenheit: Anwendung des Modells und Bezug zur GFK

#### **Donnerstag, 14. März**

- 09:30-11:00 Uhr Impuls und Übungen zu spiritueller GFK  
(Gebet – Bibelarbeit – Bibliolog)
- 11:15-12:00 Uhr Dankbarkeit: Einführung
- 12:30-13:15 Uhr Krisen, Mangel und Schmerz: Einführung
- 15:00-16:30 Uhr Fünf Narrative des Wandels
- 17:00-18:30 Uhr Empowerment: Einführung
- 19:30-20:15 Uhr Austausch: Meine Lieblings-GFK-Übung

#### **Freitag, 15. März**

- 09:30-11:00 Uhr Weiterführung und Anschlussstellen: GFK in Bezug zu anderen  
Wandel-Ansätzen (Tiefenökologie, Deep Adaptation etc.)
- 11:30-13:00 Uhr Weiterführung und Anschlussstellen: christliche Spiritualität in  
Bezug zur „Großen Transformation“
- 14:15-15:00 Uhr Auswertung und Abschluss