

Auf meinen Spuren: Mit Schreiben Resilienz stärken und Gesellschaft mitgestalten

Kursnummer	252LWB220
Beginn	Montag, 03.11.2025, 15:30 - 21:30 Uhr
Dauer	5 U-Tage
Kursort	Spiekeroog; Hotel Spiekeroog/Seminarraum Trockendock
Gebühr	867,00 €
Teilnehmer	7 - 11
Kursleitung	Lone Bulin

Wie können wir durch verschiedene Schreibformen persönliche Erfahrungen verarbeiten, unsere Resilienz stärken und gleichzeitig die Welt um uns herum bewusster wahrnehmen und mitgestalten?

Dieser Bildungsurlaub verbindet (kreatives) Schreiben mit politischem Denken und achtsamer Selbstreflexion. Die Teilnehmenden setzen sich mit inneren und äußeren Konflikten auseinander und erproben literarische Formen wie Erzählung, Dialog, Kolumne, Aphorismus oder Satire, um gesellschaftliche Themen schreibend zu erkunden. Dabei geht es um Fragen wie: Wie trägt Sprache zur Selbstermächtigung bei? Wie kann ich mit Sprache meine Resilienz stärken? Wie artikuliere ich meine Haltung? Wie kann Schreiben helfen, Konflikte zu verarbeiten und mich gleichzeitig gesellschaftlich wirksam und politisch handlungsfähig machen?

Wir widmen uns verschiedenen theoretischen Impulsen (z. B. zu Resilienz, Rhetorik oder Fake News), die wir in persönlichem Austausch, Diskussionen und (Schreib-)Übungen anwenden und festigen. Tägliche Rituale wie Morgen- und Abendseiten, Übungen zur Achtsamkeit sowie Reflexionsphasen ergänzen den Unterricht.

Vorkenntnisse im (kreativen) Schreiben sind hilfreich. Freude an Reflexion und Lust auf sprachliches Ausprobieren sind willkommen.

Eine Anerkennung als Bildungsurlaub in Niedersachsen und Nordrhein-Westfalen ist beantragt.

Ziel

Wir setzen uns mit politischen und gesellschaftlichen Themen und ihrer Wirkung auf unseren Alltag auseinander. Durch verschiedene Schreibmethoden und Erkundung der Sprache als Werkzeug der Selbstermächtigung erkunden wir die Themen nicht nur, sondern lernen, wie wir die eigene Resilienz stärken und politisch wirksam werden können.

Inhalte

Politische Themen, z.B. Politik im Alltag, Fake News und Medienkritik, mündige Bürger*innen, gesellschaftliche Missstände
Resilienz. Krisenbewältigung & Reflexion
Angewandte Rhetorik, Sprache als Mittel der Wirksamkeit und Selbstermächtigung
Textformen, z.B. Erzählung, Kolumne, Dialog, Satire, Sketch, Analyse, Aphorismus, Eifchen, Monolog
Persönliche & kreative Selbstreflexion

Methoden

Vortrag, Plenum, Gruppenarbeit, Einzelarbeit, Schreiben, Präsentation, aktivierende Übungen

Kosten und Unterkunft

Die Unterbringung erfolgt im Hotel Spiekeroog. Der Unterricht findet extern in einem Seminarraum statt.

867,00 € im Einzelzimmer

677,00 € im Doppelzimmer (nur bei Buchung durch zwei Personen möglich)

Enthalten sind der Unterricht sowie die Unterkunft inkl. Frühstück und die Nutzung der Saunalandschaft im Hotel. Weitere Anwendungen oder zusätzliche Übernachtungen sind individuell mit dem Hotel zu vereinbaren und zu bezahlen.

Ermäßigungen für diesen Bildungsurlaub sind nicht möglich.

Zusätzliche Kosten

Hinzu kommen Kosten für eigene An- und Abreise sowie Mittag- und Abendessen.

Es gelten besondere Abmeldebedingungen:

50,00 € generelle Stornierungsgebühr.

Bei Abmeldungen bis zum 03.08.2025 werden keine zusätzlichen Kosten fällig.

Bei einer Abmeldung bis zum 15.09.2025 werden zusätzlich 50 % der Veranstaltungsgebühr fällig.

Bei einer Abmeldung ab dem 16.09.2025 werden 100 % der Veranstaltungsgebühr fällig.

Bitte beachten Sie, dass wir nicht für eine Absage wegen z.B. höherer Gewalt (Brand, Streik, Epidemie o.ä.) haften.

Wir empfehlen eine Reiserücktrittsversicherung.

Weitere Informationen

Anreisetag:

Check-In im Hotel ab 15:00 Uhr

Unterrichtsbeginn 15:30 Uhr, wir treffen uns im Foyer und gehen gemeinsam zum Seminarraum

Abreisetag:

Check-Out im Hotel bis 9:00 Uhr

Unterrichtsende 13:00 Uhr

Hotel:

Hotel Spiekeroog

Pollerdiek 4

26474 Spiekeroog

Telefon: 04976 9111-0

E-Mail: info@hotelspiekeroog.de

<https://hotelspiekeroog.de/>

Seminarraum:

Trockendock

Noorderpad 26

26474 Spiekeroog

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
03.11.2025	15:30 - 21:30 Uhr	Spiekeroog; Hotel Spiekeroog/Seminarraum Trockendock
04.11.2025	09:30 - 21:30 Uhr	Spiekeroog; Hotel Spiekeroog/Seminarraum Trockendock
05.11.2025	09:30 - 21:30 Uhr	Spiekeroog; Hotel Spiekeroog/Seminarraum Trockendock
06.11.2025	09:30 - 21:30 Uhr	Spiekeroog; Hotel Spiekeroog/Seminarraum Trockendock
07.11.2025	09:00 - 13:00 Uhr	Spiekeroog; Hotel Spiekeroog/Seminarraum Trockendock