

# Der Junge Kreuzbund lädt zum Frühjahrsseminar ein



## Thema: Konflikte

Ein Konflikt entsteht durch das Aufeinandertreffen unterschiedlicher Interessen, Werte, Ziele oder Meinungen und wird oft als unvereinbar erlebt. Konflikte sind Teil unseres Alltags und die Herausforderung liegt in der Herangehensweise. Obwohl sie oft negativ wahrgenommen werden, können Konflikte positive Veränderungen bewirken, wenn sie konstruktiv angegangen werden.

Eine offene Kommunikationsweise, Lernbereitschaft, gegenseitiger Respekt und die Fähigkeit zur Selbstreflexion sind dabei entscheidend.



Quelle: Pixaby CDD 20



In unserem Seminar bietet sich die Möglichkeit, verschiedene Konfliktarten und -typen zu verstehen und Techniken zu erlernen, um Konflikte konstruktiv zu lösen und zu deeskalieren. Achtsamkeitsübungen und Spiele helfen, die Situation aufzulockern und Leichtigkeit zu bewahren.

Vom 10.-12.04.2026 erwartet Dich ein Wochenende im Jugendhaus Maria Einsiedel in Gernsheim. Hier werden wir uns im Umgang mit den äußeren und inneren Konflikten üben. Lass Dich von Gesprächen, Gruppenarbeiten und der wunderschönen Natur inspirieren und gönn Dir eine Auszeit vom Alltag. Diese besondere Zeit ist darauf ausgerichtet, innere Balance zu finden und neue Kraft zu tanken.

Anmeldungen, wie mittlerweile gewohnt, über die Webseite des DV Mainz, [www.kreuzbund-dv-mainz.de](http://www.kreuzbund-dv-mainz.de).  
Oder E Mail: [veranstaltungen@kreuzbund-dv-mainz.de](mailto:veranstaltungen@kreuzbund-dv-mainz.de). Anmeldeschluss ist der 22.01.2026

Die Seminargebühr, nach Erhalt der Rechnung, an die dort angegebene Kontoverbindung überweisen, mit dem dort angegebenen Verwendungszweck.

Das Seminar beginnt freitags um 17 Uhr mit der Schlüsselausgabe, ab 18 Uhr gibt es eine Kennenlernrunde und Gespräche im Plenum. Seminarende ist sonntags nach dem Mittagessen.