



Kommunikation, die verbindet

Gewaltfreie Kommunikation für heutige Arbeitswelten

Zielgruppe

Mitarbeitende, Projektleiter:innen und Führungskräfte, die Gespräche wertschätzend, klar und lösungsorientiert gestalten möchten – gerade in herausfordernden Situationen, bei unterschiedlichen Erwartungen oder im hybriden Arbeitskontext.

Essenz

In Arbeitswelten mit hohem Tempo, vielfältigen Anspruchsgruppen und digitalen sowie analogen Kontaktpunkten ist nicht allein der Inhalt entscheidend, sondern wie wir kommunizieren: verbindlich, klar und wertschätzend. Dieses Seminar zeigt, wie Sie mit den Prinzipien der gewaltfreien Kommunikation Gespräche so führen, dass Verbindung entsteht, Klarheit gegeben wird und gemeinsam Lösungen gefunden werden.

Nutzen

- Klarheit & Sicherheit im Umgang mit Anliegen und Erwartungen
- Missverständnisse reduzieren, Vertrauen stärken
- Konflikte frühzeitig erkennen und konstruktiv begleiten
- Kommunikation, die Verbindung, Respekt & Zusammenarbeit fördert
- Konkrete Gesprächsstrategien für vielfältige Arbeitssituationen

Methodik

Trainerimpulse & kurze Theorie-Input, Einzel- und Partnerübungen mit realen Situationen, Reflexion der eigenen Kommunikationsmuster, Rollenspiele & Simulationen (analog & digital), Kleingruppenarbeit mit Fallbeispielen, Transfer-Aufgabe für die Umsetzung im Arbeitskontext

Umfang

2 Tage

Inhalt

- Grundlagen wertschätzender Kommunikation – Haltung & Prinzipien
- Die vier Schritte der GFK: Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis, Bitte
- Bedürfnisse hinter Botschaften verstehen – eigene & fremde
- Konstruktiv reagieren bei Kritik, Widerstand & Emotionen
- Empathisch zuhören – digital und im Präsenzkontakt
- Sprache, die Verbindung schafft: Klarheit statt Interpretation
- Transfer in den Arbeitsalltag: souverän bleiben in schwierigen Situationen