

# Einführung in die gewaltfreie Kommunikation

Klarheit und Empathie in  
beruflichen und  
gesellschaftlichen Beziehungen



**Bildungsurlaub  
15.06. - 19.06.2026**

## Programm

### Montag, 15.06.2026

Anreise	
12.30 – 13.30 Uhr	Gemeinsames Mittagessen
13.30 – 15.30 Uhr	Kennenlernen, thematischer Einstieg
16.00 – 18.00 Uhr	Empathie $\bar{\emptyset}$ Sozialkompetenz als Schlüssel zur Prävention von Konflikten
19.00 – 20.00 Uhr	Grundprinzipien der GFK

### Dienstag, 16.06.2026

09.00 – 10.30 Uhr	Selbstempathie am Beispiel aus dem Berufsalltag I
11.00 – 12.30 Uhr	Selbstempathie am Beispiel aus dem Berufsalltag II
14.00 – 15.30 Uhr	Selbstempathie am Beispiel aus dem Berufsalltag III
16.00 – 18.00 Uhr	Haltung $\bar{\emptyset}$ Menschenbild in der GFK

### Mittwoch, 17.06.2026

09.00 – 10.30 Uhr	Empathie für andere am eigenen Beispiel aus dem Berufsalltag
11.00 – 12.30 Uhr	Empathisches Zuhören
14.00 – 17.00 Uhr	GPB: "Gesellschaft, Macht und Kommunikation im öffentlichen Raum: Der Bismarckturm auf dem Scheersberg"
19.00 – 20.00 Uhr	Empathische Abgrenzung Empathische Vermutungen $\bar{\emptyset}$ Vertiefung

### Donnerstag, 18.06.2026

09.00 – 10.30 Uhr	Strategien zur Konfliktlösung, Input Nervensystem, Moderierte Konfliktlösung
11.00 – 12.30 Uhr	Konflikte ansprechen
13.30 – 15.30 Uhr	Umgang mit Fehlern, Arbeitsatmosphäre,
16.00 – 18.00 Uhr	Feedbackkultur

### Freitag, 19.06.2026

09.00 – 10.30 Uhr	Reflexion: Herausforderungen $\bar{\emptyset}$ Möglichkeiten für den Transfer
11.00 – 12.30 Uhr	Integration in Berufsalltag
13.15 – 14.45 Uhr	Feedback $\bar{\emptyset}$ Abschluss Ende und Abreise

**Dozentin: Petra Brix**

### Preise (inkl. Kost, Logis, Seminargebühr):

Einzelzimmer	769 € p. P.
Doppelzimmer	729 € p. P.
Tagesgast	669 € p. P. ohne ÜN
Firmenpreis	999 € inkl. MwSt.

### Pausenzeiten

8.00 - 9.00 Uhr	Frühstück
10.30 - 11.00 Uhr	Kaffeepause
12.30 - 14.00 Uhr	Mittagspause
15.30 - 16.00 Uhr	Kaffeepause
18.00 - 19.00 Uhr	Abendessen