

# Gute Kommunikation ist hervorragende Konfliktprävention

## Bildungsurlaub

Kursnummer	26L184931
Beginn	Montag, 04.05.2026, 09:00 - 16:30 Uhr
Dauer	5 Termin(e)
Ort	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 0.14, Aachener Str. 220, 50931 Köln
Lehrkraft	Karl-Heinz Schwieren
Kursgelt	222,00 €

Unsere Erfolge sind in höchstem Maße davon geprägt, wie überzeugend, selbstsicher, motivierend und respektvoll wir mit Menschen kommunizieren. Dieses Seminar gibt praktische Hilfen und zahlreiche Tipps, sich klar zu positionieren, eigene Ziele besser zu erreichen, wirksame Vereinbarungen zu treffen, Konflikte zu erkennen und zu klären sowohl im privaten wie im beruflichen Alltag. Lernziele:

- Steigerung der Überzeugungsfähigkeit – überzeugen statt überreden
- Überzeugende Körpersprache
- Selbstsichere Gelassenheit ist besser als bloße schlagfertige Re-Aggressivität
- Die passende Reaktion im richtigen Moment
- Kritische Situationen souverän deeskalieren
- Praxisnahe Alltagshilfen: abweichende Meinung souverän vertreten, Bitten formulieren, Bitten anderer bei Bedarf ablehnen, überzeugt Nein sagen
- Hilfreiche und entscheidende Kommunikationsfertigkeiten: aktiv zuhören, konstruktiv kritisieren, kritische Situationen entspannen und deeskalieren, Meinungsverschiedenheiten behandeln mit und ohne Konsens
- Erkennen des persönlichen Konfliktstils
- Praxistransfer

Methoden: Kurzvorträge, Diskussionen, Einzelpräsentationen, Fallstudien, Reflexionen, Gruppenarbeiten, Rollenspiele.

Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit Arbeit und Leben DGB/VHS NRW e.V. statt und wird entsprechend bezuschusst.

## Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
04.05.2026	09:00 - 16:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 0.14
05.05.2026	09:00 - 16:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 0.14
06.05.2026	09:00 - 16:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 0.14
07.05.2026	09:00 - 16:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 0.14
08.05.2026	09:00 - 16:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.10

[zur Kursdetail-Seite](#)