

## Schritte zur Arbeitnehmerweiterbildung

1. Anspruch auf Arbeitnehmerweiterbildung  
§ (1) Arbeitnehmer\*innen haben einen Anspruch auf Arbeitnehmerweiterbildung von fünf Arbeitstagen im Kalenderjahr.  
*Aus dem Gesetz zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG)*
2. Anmeldung bei der VHS Detmold-Lemgo.
3. Anmeldebestätigung durch die VHS Detmold-Lemgo.
4. Mitteilung über Inanspruchnahme und Dauer der Arbeitnehmerweiterbildung an den Arbeitgeber spätestens 6 Wochen vor Veranstaltungsbeginn.
5. Bei Ablehnung zum mitgeteilten Zeitpunkt - schriftliche Begründung binnen 3 Wochen vom Arbeitgeber - Betriebs- und Personalrat verständigen: entweder Inanspruchnahme zu einem anderen Zeitpunkt oder bei Zurücknahme der Ablehnung bzw. ungerecht fertiger Ablehnung (s. Pkt. 6.)
6. Nach Freistellung durch Arbeitgeber bei Fortzahlung des Arbeitsentgelts Teilnahme an Arbeitnehmerweiterbildung; danach Teilnahmebestätigung an Arbeitgeber.

## Mit klarer Kommunikation zur erfolgreichen Zusammenarbeit: Kommunikations- und Teamkompetenz mit Gewaltfreier Kommunikation für den Arbeitsalltag

**04. bis 06. November 2026**

3-Tage-Bildungsurlaub,  
anerkannt nach dem  
Arbeitnehmer-Weiterbildungsgesetz (AWbG) § 9 Abs. (1)

**262-L5074**



Dieser dreitägige Bildungsurlaub vermittelt praxiserprobte Kommunikationsmethoden für den beruflichen Alltag: Teilnehmende lernen strukturierte Gesprächsformen, die wertschätzenden Austausch ermöglichen und Vertrauen im Team stärken. Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall Rosenberg hilft, Anliegen klar zu formulieren und Konflikte konstruktiv zu lösen.

#### **Zielgruppe:**

Das Seminar richtet sich an Führungskräfte, Teamleitungen und Mitarbeitende, die ihre Zusammenarbeit im Team verbessern möchten

#### **Lernziele:**

##### *Fachkompetenz:*

- Grundprinzipien der Gewaltfreien Kommunikation verstehen und anwenden
- Feedback wertschätzend geben und empfangen
- Strukturierte Gesprächsformen im beruflichen Kontext nutzen
- Konfliktodynamiken erkennen und deeskalierend handeln

##### *Selbstkompetenz:*

- Eigene Bedürfnisse und Gefühle wahrnehmen und ausdrücken
- Trigger und Reaktionsmuster erkennen
- Empathie für sich selbst und andere entwickeln

##### *Sozialkompetenz:*

- Aktiv und empathisch zuhören
- In Teams vertrauensvoll kommunizieren
- Unterschiedliche Perspektiven integrieren
- Konstruktive Gesprächskultur fördern

#### **Lerninhalte:**

- Die vier Schritte der GfK: Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis, Bitte
- Empathisches Zuhören und Selbstempathie in beruflichen Situationen
- Strukturierte Gesprächsformen für Teambesprechungen und Konfliktklärung
- Umgang mit Kritik und schwierigen Gesprächen
- Stress reduzieren durch Wahrnehmung eigener Grenzen
- Praktische Anwendung in Meetings und bei Teamkonflikten
- Transfer in den eigenen Arbeitsalltag

Der Schwerpunkt des Seminars liegt auf praktischen Übungen und der Arbeit mit konkreten Situationen aus Ihrem beruflichen Umfeld. Sie entwickeln Strategien, Anliegen klar und wertschätzend zu kommunizieren. Sie lernen, auch in herausfordernden Momenten handlungsfähig zu bleiben und Teambesprechungen konstruktiver zu gestalten.

#### **Kurs-Nr.:**

**262-L5074**

#### **Termine:**

Mi	04.11.2026	9:30-17:00 Uhr
Do	05.11.2026	9:30-17:00 Uhr
Fr	06.11.2026	9:30-17:00 Uhr

#### **Veranstalter:**

Volkshochschule Detmold-Lemgo  
Haus Wippermann, Kramerstr. 5  
32657 Lemgo

#### **Veranstaltungsort:**

**Online**

#### **Leitung:**

Thomas Kugel

#### **Teilnahmebeitrag:**

260,00 Euro

### **Kostenlose Stornierung möglich bis 14. Oktober 2026.**

#### **Nutzen:**

- Klar kommunizieren: Drücken Sie aus, was Ihnen wichtig ist – konkret und nachvollziehbar
- Besser verstehen: Entwickeln Sie echtes Verständnis für die Perspektiven Ihrer Kolleg\*innen
- Konflikte entschärfen: Lernen Sie, auch in hitzigen Situationen gelassen und konstruktiv zu bleiben
- Teams stärken: Vertrauen aufbauen und produktive Zusammenarbeit ermöglichen
- Selbstreflexion: Erkennen Sie Ihre eigenen Kommunikationsmuster und erweitern Sie Ihre Handlungsoptionen

#### **Methodik:**

Wir arbeiten mit:

- konkreten Situationen aus Ihrem Berufsalltag
- Rollenspielen
- Teamübungen und Reflexionsrunden
- strukturierten Gesprächsformen für ein tiefes gegenseitiges Verstehen
- Transferaufgaben für die direkte Anwendung am Arbeitsplatz