

## Y0503610 Effektive Kommunikation im Beruf

Beginn Montag, 22.06.2026, 09:00 - 16:00 Uhr

Kursgebühr 310,00 €

Dauer 5-mal

Kursleitung Peter Horst Schmitt

Kursort vhs, 1.01, Alte Bleiche 5, 65719 Hofheim

Den Job suchen Sie sich nach Ihrer Interessenlage aus – die Kolleginnen und Kollegen in der Regel nicht. Zudem befinden sich Unternehmen durch Digitalisierung und Künstliche Intelligenz im Wandel. Gewohnte Abläufe ändern sich, und dennoch möchten Sie effektiv im Berufsalltag Ihre Kompetenz unter Beweis stellen.

In diesem Bildungsurlaub erfahren Sie, wie Sie durch die Methoden der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) nach Marshall Rosenberg Ihre Kommunikationskompetenz erweitern können und gleichzeitig durch Selbstfürsorge langfristig leistungsfähig bleiben. Anhand Ihrer praktischen Beispiele erlernen Sie:

klare Gesprächsgrundlagen schaffen

wertschätzendes Feedback geben und nehmen

Aufgaben erfolgreich delegieren

angemessene Grenzen setzen

auch mit schwierigen Kolleg:innen gelassen umgehen

Konflikte frühzeitig erkennen und klären

Strukturierte Gespräche vorbereiten und führen

Ihr Gewinn: Weniger Stress, mehr Anerkennung, entspannte Feierabende. Das Lernen wird durch tägliche Outdoor-Einheiten zum angenehmen Erlebnis mit Urlaubscharakter. Praxisorientierter Erfahrungsaustausch ergänzt die theoretischen Grundlagen.

Die Akkreditierung beim Hessischen Ministerium für Arbeit, Integration, Jugend und Soziales ist beantragt. Die Anerkennungsunterlagen werden zum Download hinterlegt, sobald sie der vhs vorliegen oder Sie erhalten Sie im Fachbereich Beruf & Gesellschaft:

[fb-beruf@vhs-mtk.de](mailto:fb-beruf@vhs-mtk.de).

Für fachspezifische Fragen zu diesem Bildungsurlaub kontaktieren Sie die Fachbereichsleitung, Saskia Führer, [fuehrer@vhs-mtk.de](mailto:fuehrer@vhs-mtk.de) oder 06192 9901-31.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
22.06.2026	09:00 - 16:00 Uhr	Hofheim, vhs, 1.01
23.06.2026	09:00 - 16:00 Uhr	Hofheim, vhs, 1.01
24.06.2026	09:00 - 16:00 Uhr	Hofheim, vhs, 1.01
25.06.2026	09:00 - 16:00 Uhr	Hofheim, vhs, 1.01
26.06.2026	09:00 - 16:00 Uhr	Hofheim, vhs, 1.01

[zur Kursdetail-Seite](#)