

## Z0501314 Future Skills: Erfolgreicher Umgang mit Konflikten im Beruf - Herausforderungen in der heutigen Arbeitswelt und Unterschiede als Chance begreifen

Beginn Montag, 26.10.2026, 09:00 - 16:30 Uhr

Kursgebühr 380,00 €

Dauer 5-mal

Kursleitung Stephanie Heuser

Kursort , ,

In einem Team treffen Menschen mit unterschiedlichen Ansichten und Perspektiven, Fähigkeiten und Expertisen zusammen, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen. Diese Vielfalt kann neue Ideen voranbringen und auf alle Beteiligten bereichernd wirken. Diese Vielfalt kann jedoch auch zu Konflikten führen. Konflikte, die wiederum die Leistungsfähigkeit einbremsen und die Beteiligten mental blockieren können. Letztendlich entscheidet unser Umgang mit Konflikten darüber, welche Auswirkungen eine Konfliktsituation auf die Einzelnen und das Miteinander hat. Dieser Bildungsurlaub geht dem Umgang mit Konflikten auf den Grund und widmet sich u.a. folgenden Aspekten:

Konfliktformen und persönliche Muster im Umgang mit Konfliktsituationen

verschiedene Konfliktstile und ihre Auswirkungen (Teamdynamiken)

Einordnen von Konfliktsituationen anhand der Eskalationsstufen nach Glasl

Konfliktgespräche vorbereiten und wirkungsvoll führen (Gewaltfreie Kommunikation, Harvard-Konzept und ALPHA-Struktur)

Methoden für den Umgang mit Widerständen im Team

Führen mit Mediationskompetenz

persönliche Trigger erkennen und Tipps für das eigene Zustandsmanagement

Anhand von Impulsvorträgen und Praxisbeispielen können die Teilnehmenden ihre Konfliktkompetenz stärken. Auf Wunsch

werden auch zielgerichtete Rollenspielen zu aktuellen Themen aus der Lebens- und Arbeitswelt der Teilnehmenden

angeboten. Das Seminar bietet ein strukturiertes, professionelles „Toolkit“, das den Umgang mit Konflikten künftig leichter machen kann.

Dieser Bildungsurlaub wird von der vhs Wiesbaden durchgeführt.

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
26.10.2026	09:00 - 16:30 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 101
27.10.2026	09:00 - 16:30 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 101
28.10.2026	09:00 - 16:30 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 101
29.10.2026	09:00 - 16:30 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 101
30.10.2026	09:00 - 16:30 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 101

[zur Kursdetail-Seite](#)