



Datum:

11./12. Juni 2026

Tag 1: 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Tag 2: 09:00 Uhr bis 15:00 Uhr

Themen:

1. Beziehungskompetenz

Beziehungskompetenz beschreibt die Fähigkeit mit unterschiedlichen Charakteren gut zusammenzuarbeiten. Dabei ist die soziale Selbst- und Fremdwahrnehmung eine wichtige Voraussetzung, um Gespräche konstruktiv zu leiten.

- Unterscheidung zwischen Ich-Du und Ich-Es -Typen
- Das Gegenüber erkennen und sich optimal darauf einlassen
- Kommunikationsbedürfnisse und No-Goes im Kontakt
- Ursachen für Irritationen in der Kommunikation

2. Diplomatie – oder mit dem Kopf durch die Wand

Diplomatie zeigt sich, indem ich meine eigenen Bedürfnisse und die meines Gegenübers bei der Lösungssuche berücksichtige. Gegenseitige Wertschätzung hinsichtlich Funktion und Rolle spielt dabei eine wichtige Rolle.

Diplomatische Kommunikation bedeutet, Brücken zu bauen, Grenzen zu setzen und auch Nein zu sagen.

- Grundsätze der Diplomatie
- Der Zauber von Wertschätzung und Anerkennung
- Diplomatische Kommunikationsmethoden (aktives Zuhören, 3 Ebenen des Zuhörens)
- Nein sagen und Grenzen setzen

3. Fragetechniken – „Wer fragt, der führt“

Fragetechniken situationsangemessen eingesetzt, sind eine Voraussetzung, Gegebenheiten zu analysieren, Problemlösungen zu finden und Menschen zu motivieren an den Zielen mitzuarbeiten.

- Fragearten und ihre Wirkung
- Lösungsorientiertes Fragen
- Suggestivfragen, Bewertungsfragen und Wunderfragen

4. Schwierige Gesprächssituationen selbstbewusst meistern

Gewerkschaftliche Interessenvertretung oder politische Funktionen gehen oft einher mit schwierigen Gesprächssituationen. Feedback, Kritik- und Konfliktgespräche, Verhandlungen oder der Umgang mit emotionalen Gesprächspartnern erfordern bewusste Haltungen und Vorgehensweisen der Kommunikationspartner.

- Was macht Gespräche schwierig?
- Blockaden – wie löse ich sie auf?
- Die Entstehung und Wirkung von Doppelbotschaften.
- Typisches Lösungsvermeidungsverhalten
- Umgang mit Umdeutungen und Redefinitionen

5. Konfliktgespräche – Entstehung und Lösung

- Gesprächsphasen und die erkennbaren Signale
- Kritische Faktoren
- Entstehung von Konflikten und Lösungsstrategien

Methoden: Gruppendiskussionen, Fälle aus der Praxis, Kleingruppenarbeit, Rollenspiele