

# GFK- TRAINING

## vom Konflikt zur Konfrontation

Hinter dem drastisch wirkenden Begriff der gewaltfreien Kommunikation (GFK) verbirgt sich eine Kommunikationstechnik, die Teilnehmende in dem Tagesworkshop an die Hand bekommen. Mit dieser Technik lernen Teilnehmende nach und nach ihre Beobachtungen, Gefühle und Bedürfnisse klar, zugewandt und ehrlich zu kommunizieren und gleichzeitig Empathie und Verständnis für ihre Kolleginnen und Kollegen aufzubringen. Darüber hinaus ist GFK eine effektive Methode, um souverän Konflikte zu lösen und eine Kommunikationskultur aufzubauen, die auf Respekt und Verständnis basiert.

## TRAININGSINHALTE

- Wie entstehen Konflikte?
  - Einführung in die verschiedenen Konflikttypen
  - Schaffung eines Grundverständnisses wie es zu Konflikten kommt
- Die vier Schritte der GFK
  - Die Schlüsselunterschiede
  - Grenzen der Methodik
  - Anwendung in der Praxis
- Innere Haltung
  - Was ist mir wirklich wichtig?
  - Souverän auf Konflikte reagieren und Reibungspunkte kommunizieren
- Ausflug Feedbackkultur
  - Verständnis von Wertschätzung und Lob
  - Wie formuliere ich wertschätzendes Feedback?

## INVEST

290,00 € netto (zzgl. 19% USt)



open agile  
for better work

## VORTEILE

- In unserem Training lernt ihr schnell und einfach das Wichtigste, um im Anschluss gewaltfreie Kommunikation nutzen zu können.
- Mit konkreten Beispielen aus der Praxis geben wir euch einen tiefen, aber dennoch verständlichen Einblick in die Welt der GFK.
- Bei uns gibt es keine einschläfernde Frontalbeschallung. Durch die Balance aus Theorie und Praxis im Training erhaltet ihr den richtigen Input, um direkt aktiv zu werden.
- Wir lieben es flexibel! Bringt jederzeit Fragestellungen ein und setzt Schwerpunkte die euch wirklich weiterbringen.

## LEISTUNGEN

- Professionell geleitetes GFK-Training von 09:00 bis 17:00 Uhr
- Zertifikat „Gewaltfrei Kommunizieren“
- Umfassende Foto- /Screenshot-Protokolle

## TERMINE 2025

- 19.05.2025 von 09:00 - 17:00 Uhr **oder**
- 18.12.2025 von 09:00 - 17:00 Uhr

Open Agile GmbH | Faulenstr. 67 | 28195 Bremen  
Geschäftsführer: Andreas Eilers

✉ kontakt@open-agile.de | www.open-agile.de | ☎ +49(0)421 22347567

St.-Nr.: 60 125 12536 | USt-IDNr.: DE347437050

Bankverbindung: GLS Bank | IBAN: DE26430609671261829700