

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 22.03.2026 – 27.03.2026 unter der Seminarnummer 880126 das Seminar „Darf ich ehrlich sein? Kommunikation in heiklen Jobsituationen (GFK-Vertiefung)“

Ich .....

wohnhaft in .....

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm, zeitlicher Ablauf, Lernziele) finden Sie umseitig.

Das Seminar gilt als beruflicher Bildungsurlaub anerkannt in

- **NRW** (gemäß § 9, Abs. 1 AWbG und gemäß § 1, Abs. 3 AWbG, es liegt gemäß §10 ff AWbG eine Einrichtungsanerkennung vor Az.: 48.06-7348)
- **Saarland:** Es handelt sich um eine freistellungsfähige Bildungsveranstaltung gemäß § 6 des saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG), in der aktuellen Form gültig seit 09.05.2024. Wir sind berechtigt, nach § 6 Abs. 7 Satz 1 SBFG, diese Bescheinigung für Beschäftigte aus dem Saarland auszustellen.
- **Baden-Württemberg:** Das Seminar wird nach den allgemeinen Anforderungen an Bildungsmaßnahmen nach § 6 Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg (BzG BW) angeboten. Um zur Teilnahme daran Bildungszeit in Anspruch nehmen zu können, müssen ggf. noch personenbezogene Anforderungen an die Bildungsmaßnahme (Berufsbezug bei beruflicher Weiterbildung) und weitere Voraussetzungen nach dem BzG BW erfüllt sein. Informationen und das Formular zur Beantragung der Bildungszeit unter [www.bildungszeit-bw.de](http://www.bildungszeit-bw.de). Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist als Bildungseinrichtung nach dem BzG BW vom Regierungspräsidium Karlsruhe anerkannt (Aktenzeichen 12c11-6002-61).
- Für **Hamburg** gilt: Nach dem Hamburgischen Bildungsurlaubsgesetz HmbBUG gilt eine Veranstaltung in Hamburg als anerkannt, wenn diese von der zuständigen Behörde oder in einem anderen Land der Bundesrepublik Deutschland nach mit den Bestimmungen dieses Gesetzes inhaltlich übereinstimmenden Kriterien anerkannt ist (§ 15 Abs. 1 HmbBUG).

Eine Anerkennung des Seminars in weiteren Bundesländern ist möglich, meistens gelten dafür Fristen von 10 bis 3 Monate vor Seminarbeginn.

Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist eine nach dem Weiterbildungsgesetz NRW anerkannte Einrichtung (Aktenzeichen IV C 2-21-8-1588/82).



(Unterschrift des Veranstalters)

(Unterschrift des Teilnehmers)

# SEMINARPROGRAMM

<b>Thema</b>   Darf ich ehrlich sein? Kommunikation in heiklen Jobsituationen (GFK-Vertiefung)	<b>Dozentin</b>   Ariane Brena
<b>Ort</b>   Insel Reichenau, Bodensee	<b>Termin</b>   22.-27.03.2026

**Sonntag:** Anreise – erstes Kennenlernen am Abend

**Montag**

09:00 – 13:00 Wünsche und Ziele – Vereinbarungen für die Woche  
Überblick / Einführung ins Thema: GFK und Ehrlichkeit

15:00 – 18:15 Ehrlichkeit im Beruf – Vorteile für das Betriebsklima  
Erforschen persönlicher und struktureller Hindernisse für Ehrlichkeit und Authentizität  
Sammeln typischer Job-Situationen: Wann ist es herausfordernd, ehrlich zu sein?  
Auffrischung: Menschenbild und Kommunikations-Modell der GFK

**Dienstag**

09:00 – 13:00 Impulse und Übungen: Der Unterschied zwischen Authentizität und Ausagieren von Emotionen  
Grenzen der Ehrlichkeit – Demo: Arbeit am ehrlichen Selbstausdruck mit GFK

15:30 – 18:15 Impulse und Übungen: „Notlügen“ versus Aufrichtigkeit – „Diplomatie“ versus Ehrliches Feedback  
Gruppenarbeit an eigenen Beispielen

**Mittwoch**

09:00 – 13:00 Fortsetzung Gruppenarbeit an eigenen Beispielen – Zwischenreflexion und offene Fragen

15:30 – 18:15 Impuls: Mit eigenen Fehlern im Beruf umgehen - von der Schuld zur Verantwortung  
Einzelübung: „Ich habe einen Fehler gemacht“

**Donnerstag**

09:00 – 13:00 Impuls: Ist „Lästern“ gesund? Den verborgenen Anliegen dahinter mit GFK auf der Spur –  
Gruppenarbeit an eigenen Beispielen

15:30 – 18:15 Ehrlichkeit unter Kolleg(inn)en versus Ehrlichkeit im Mitarbeitergespräch  
Demo / Rollenspiel

**Freitag**

07:45 – 13:00 Impuls: Manipulative Ich-Botschaften versus GFK-Ehrlichkeit – Fragen und Antworten – Mit  
verschiedenen Reaktionen auf eigene Ehrlichkeit umgehen (Aggression, Gekränktheit, Kritik...)  
Feedback und Abschluss  
Anschließend gemeinsames Mittagessen

Die Seminarinhalte und Methoden stehen durch Transfers in konkrete Arbeitssituationen sämtlich im beruflichen Kontext. Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit ist für die Erteilung der Teilnahmebescheinigung erforderlich. Programmänderungen vorbehalten.

**Seminarziele:** Im Zentrum des Seminars steht die Frage, wie aufrichtige und gleichzeitig respektvolle Kommunikation im Berufsleben gelingen kann – besonders in heiklen oder emotional angespannten Situationen. Die Teilnehmenden vertiefen ihre Kenntnisse der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) und erproben deren Anwendung in alltäglichen und herausfordernden beruflichen Kontexten. Sie erweitern ihre soziale und emotionale Kompetenz, reflektieren persönliche Kommunikationsmuster und trainieren den ehrlichen Selbstausdruck im Spannungsfeld zwischen Authentizität, Rücksichtnahme und beruflicher Rollenerwartung. Durch praktische Übungen, Rollenspiele und Arbeit an eigenen Fällen lernen sie, auch schwierige Botschaften so zu formulieren, dass sie gehört werden können – ohne zu verletzen oder zu beschönigen. Zentrale Themen sind u. a.: Ehrlichkeit und ihre Wirkung auf Teamdynamik, Betriebsklima und Führung; der konstruktive Umgang mit eigenen Fehlern und Schuldgefühlen; Grenzen der Ehrlichkeit und der Unterschied zwischen Aufrichtigkeit und emotionalem Ausagieren; Kommunikation in Hierarchien: Kollegialer Austausch vs. Mitarbeitergespräch; Umgang mit Reaktionen auf ehrliche Äußerungen: Gekränktheit, Kritik, Abwehr  
Tägliche Reflexionseinheiten sowie der Transfer der Seminarinhalte in den konkreten Berufsalltag sichern die praktische Anwendbarkeit.

**Zielgruppe:** Das Seminar richtet sich an Arbeitnehmer\*innen aus verschiedensten beruflichen Kontexten – insbesondere aus Bereichen, in denen zwischenmenschliche Kommunikation, Beratung, Führung oder Teamarbeit eine zentrale Rolle spielt.  
Angesprochen sind z. B.:

- Mitarbeitende in Behörden, Verwaltungen und öffentlichen Einrichtungen
- Fach- und Führungskräfte in Unternehmen, Dienstleistung und Handwerk
- Selbstständige, Coaches, Beraterinnen und Therapeutinnen
- Beschäftigte im Gesundheits- und Sozialwesen
- sowie Personen, die Grundkenntnisse in Gewaltfreier Kommunikation mitbringen und diese vertiefend auf berufliche Kommunikationssituationen anwenden möchten.