

C5631 Wertschätzung statt Eskalation Konflikten vorbeugen durch gute Kommunikation

Beginn	Freitag, 16.01.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Kursgebühr	60,00 €
Dauer	3 Termine
Kursleitung	Eva Beldiman
Kursort	UF, vhs, V1.21, Seminarraum, Am Bahnhof 13, 85774 Unterföhring

Konflikte entstehen oft aus kleinen Missverständnissen - und können große Schäden anrichten: emotionale Belastungen, Zeitverlust, Stress oder sogar finanzielle Folgen. Dabei lassen sich viele Konflikte durch eine bewusste, wertschätzende Kommunikation frühzeitig erkennen und vermeiden.

Denn häufig entstehen Spannungen nicht durch böse Absicht, sondern durch unausgesprochene Erwartungen, festgefahrene Sichtweisen oder fehlendes gegenseitiges Verständnis. Genau hier setzt dieser Workshop an.

Sie erfahren

- wie Sie mit Respekt, Toleranz und Fairness auf andere zugehen
- warum Wertschätzung die Basis guter zwischenmenschlicher Beziehungen ist
- wie Sie durch Ihre Haltung gezielt zu einem konstruktiven Miteinander beitragen
- wie Sie Missverständnisse frühzeitig erkennen und souverän darauf reagieren
- welche Kommunikationstechniken und Strategien helfen um Konflikte zu vermeiden

In praktischen Übungen werden konkrete Methoden vorgestellt, mit denen die Kommunikation - ob beruflich, privat oder gesellschaftlich - ein ruhiger, klarer und lösungsorientierter Austausch wird.

Zielgruppe: Für alle, die ihre Kommunikation bewusst und wertschätzend gestalten möchten, um Konflikten vorzubeugen und in schwierigen Situationen gelassen und erfolgreich zu handeln.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
16.01.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Seminarraum, V1.21
23.01.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Seminarraum, V1.21
30.01.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Seminarraum, V1.21

[zur Kursdetail-Seite](#)