

26. September 2026

## Mainz

viele Workshops mit  
CNVC-zertifizierten und  
Fachverband anerkannten GFK-Trainer\*innen



Wandel bringt Reibung – und manchmal Risse, im Außen und zwischen uns.

Entscheidend ist dann nicht Perfektion, sondern die Fähigkeit, in Verbindung zu bleiben.

Beziehungskraft meint die Kompetenz, auch unter Druck im Kontakt zu bleiben und Konflikte so zu führen, dass Würde, Klarheit und Zusammenarbeit möglich bleiben.

## Zukunft entsteht, wo wir verbunden bleiben.

Der GFK-Tag Mainz 2026 ist eine ganztägige Weiterbildungsveranstaltung, die gezielt zentrale Zukunfts-kompetenzen für die moderne Arbeitswelt stärkt. Im Fokus steht die Fähigkeit, Beziehungen konstruktiv zu gestalten – eine Schlüsselkompetenz in Zeiten von Veränderung, steigender Komplexität und hoher Kommunikationsdichte in Organisationen.

Auf Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation werden praxisnahe Impulse vermittelt, die Mitarbeitende darin unterstützen, klar, wertschätzend und lösungsorientiert zu kommunizieren. Der bewusste Umgang mit Konflikten, Spannungen und unterschiedlichen Perspektiven trägt dazu bei, Missverständnisse zu reduzieren, Zusammenarbeit zu verbessern und Arbeitsprozesse effizienter zu gestalten.

Die Teilnahme am GFK-Tag fördert Selbstreflexion, Verantwortungsübernahme und Dialogfähigkeit und wirkt sich positiv auf Teamklima, Motivation und Kooperation aus. Die Inhalte sind unmittelbar auf den Arbeitsalltag übertragbar und unterstützen eine konstruktive Feedback- und Konfliktkultur.

Der GFK-Tag Mainz findet 2026 bereits zum vierten Mal in der VHS Mainz statt und hat sich als praxisorientiertes, gut etabliertes Weiterbildungsformat mit hoher Resonanz bewährt.

**Datum: 26. September 2026**

**8.30 Uhr – 18.00 Uhr**

**VHS Volkshochschule Mainz**

**Auswahl aus 20 verschiedenen Workshops**

**180,- EUR Tagesticket**

**Die Teilnahme bietet Mitarbeitenden einen kompakten, wirkungsvollen Impuls zur Weiterentwicklung kommunikativer und sozialer Kompetenzen, die für eine zukunftsfähige Organisation von zentraler Bedeutung sind.**

**Anmeldung:**

[www.gfk-mainz-wiesbaden.de/gfk-tag-mainz/](http://www.gfk-mainz-wiesbaden.de/gfk-tag-mainz/)



The Center for  
NONVIOLENT  
COMMUNICATION



Fachverband  
Gewaltfreie  
Kommunikation



deutsch-sprechender  
Gruppen für Gewaltfreie  
Kommunikation e.V.