

## Verlaufsplan für den Bildungsurlaub

### “Praktische Grundlagen der personzentrierten Gesprächsführung nach Carl Rogers“

Anlage gem. §§ 1 (2-4), 9 (1) AWbG NW  
Angaben über den Kurs für den Arbeitgeber

**Dauer:** siehe Kursausschreibung

Der Kurs ist als Veranstaltung der Volkshochschule Essen im Rahmen der Arbeitnehmerweiterbildung nach dem AWbG NRW zugelassen.

#### Zielgruppe:

Der Bildungsurlaub wendet sich an Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer sowie andere Interessierte, die ihre Kommunikationsfähigkeit weiterentwickeln und vertiefen, ihre Handlungskompetenz in schwierigen Konfliktsituationen nachhaltig verbessern und ein harmonisches Arbeitsklima fördern möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

#### Lernziele:

Die Teilnehmenden kennen und verstehen das Modell sowie die humanistische Haltung der personzentrierten Gesprächsführung nach Carl Rogers. Sie erweitern ihre Empathie- und Kommunikationsfähigkeit, erkennen und reflektieren eigene Glaubenssätze, Konflikt- und Bewertungsmuster. In praktischen Übungen wird wertschätzendes und klärendes Vorgehen trainiert. Gestärkt werden Fähigkeiten zu klarer Gesprächsführung, konstruktivem Dialog und einem tieferen Konfliktverständnis. Das fördert insgesamt die individuelle Persönlichkeitsentwicklung.

#### Ablaufplanung:

##### Block 1

- Persönliches Kennenlernen und Wochenüberblick
- Carl Rogers und die Haltung sowie Praxis der Personzentrierten Theorie (PZT)
- Selbstwahrnehmung schärfen: Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen bewusst machen
- Wahrnehmung versus Interpretation: Wie wir die Welt sehen und deuten
- Aktualisierungstendenz: Was uns antreibt und in jedem Menschen wirkt
- Sechs Voraussetzungen für den Gesprächsprozess

# Die Volkshochschule Essen informiert

---

## Block 2

- Beziehungsaufbau: Vertrauen und Verbindung gestalten
- Innere Haltung prüfen: (M)eine Art des Seins und Vertrauen in die Selbstverwirklichungstendenz
- Bedeutung der „Beziehungstrias“ Echtheit, Wertschätzung und Empathie
- Klarheit schaffen: Emotionen, Gefühle, Gedanken bewusst unterscheiden und formulieren
- Alltagstauglich bleiben: Non-Direktivität versus Direktivität in der Praxis

## Block 3

- Im Moment präsent sein: Das Gegenüber besser verstehen
- Im Hier-und-Jetzt ankommen: Das Klärungspotenzial eines Moments erkennen
- Psychologischer Kontakt: Das „Minimum an Beziehung“ als Grundlage für echte Begegnung
- Themen in Konfliktgesprächen erkennen, Inkongruenzen verstehen
- Resonanz vs. Feedback: Unterschied und Bedeutung für die Gesprächsführung
- Selbstexploration fördern: Wie Menschen ihre eigenen Antworten finden

## Block 4

- Vergangenheit als Ressource: Muster erkennen
- Das Damals verstehen: Biografische Prägungen, Konfliktmuster und Glaubenssätze
- Selbst-Wertschätzung fördern: Eigene Bewertungen reflektieren
- Selbstkonzept, Selbstbild und tatsächliche Erfahrung

## Block 5

- In die Zukunft blicken: Gespräche nachhaltig gestalten
- Die PZT in den beruflichen Alltag übertragen
- Anliegen und Themen als Rahmenbedingungen für Gespräche setzen
- Handlungsziel und Veränderungsbereitschaft klären, Abschlüsse gestalten
- Abschluss und Evaluation

Auf der Homepage der Bezirksregierung Düsseldorf finden Sie den Nachweis, dass die Volkshochschule Essen Anerkannte Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung ist:

<https://www.brd.nrw.de/themen/schule-bildung/sonstiges/arbeitnehmerweiterbildung-bildungsurlaub>

Stand: 01/2025

---

