



Kommunikationstraining

Einfach besser miteinander reden

Die Austragungsebene von Freude und Glück, von Ärger und Frust, von Unsicherheit und Angst – eigentlich von allem, was uns tagtäglich geschieht, was wir fühlen und was uns handeln lässt – ist die Kommunikation.

Durch Kommunikation werden wir geprägt. Durch Kommunikation beeinflussen wir andere. Kommunikation kann trennen – wie bei Missverständnissen und Konflikten. Kommunikation kann aber auch verbinden, tragfähige Beziehungen schaffen sowie Vertrauen und Verlässlichkeit erzeugen. Wie Sie in alltäglichen Situationen und unter Druck, klar, glaubwürdig und transparent kommunizieren können, trainieren wir gemeinsam in diesem Seminar.

Zielgruppe

Jede / Jeder, der seine kommunikativen Kompetenzen ausbauen möchte

Seminarinhalte

Grundlegende Kommunikationsmodelle

- Das Nachrichten-Paket und mein inneres Team
- Ich bin okay. Du bist okay - Transaktionen im betrieblichen Alltag
- Informationsmanagement – die Wege einer Nachricht

Kommunikation ist Motivation

- Motivierung – Einflussnahme über Kommunikation
- Wer zuhört, erfährt etwas - aktives Zuhören
- Wer fragt, führt – Fragetechniken gekonnt eingesetzt

Kommunizieren in schwierigen Situationen

- Tu es bitte nicht! – Kommunikationsstörungen und ihre Folgen
- Bleiben wir sachlich – Sach- und Zielkonflikte
- Was stimmt hier nicht? – Auf der Beziehungsebene

Rhetorik – Die Kunst, mit anderen den „guten Ton“ zu pflegen

- Einsatz mit ganzem Körper: Mimik, Gestik, Stimme
- Im Gespräch – vortragen, argumentieren und diskutieren
- Die Marke „Ich“ stärken und gut positionieren

Dauer: 2 Tage