

WERTSCHÄTZENDE ASSERTIVE KOMMUNIKATION

Dicke Luft kostet Zeit, Kraft und Geld und demotiviert. Sie schafft Abwehr, und wenn sie über längere Zeit andauert, führt sie nicht selten zur inneren Kündigung. Kein Mensch mag Konflikte. Es sind aber oft nicht die Konflikte an sich, die wir nicht mögen, sondern die Art und Weise wie wir gewohnt sind, sie auszutragen. Konflikte gehören zum menschlichen Miteinander und bieten Chancen für Wachstum und kontinuierlicher Verbesserung wenn sie konstruktiv bewältigt werden. Demzufolge bedeutet wertschätzend kommunizieren nicht „schön reden“ oder „wir haben uns alle lieb“, sondern nutzt konkrete und effiziente Instrumente den eigenen Standpunkt in handlungsorientierter Weise zu formulieren ohne dabei die zwischenmenschliche Beziehung mit dem Gegenüber zu gefährden. Sie erlaubt selbst in kritischen Situationen respektvoll mit sich und den anderen umzugehen und verbessert die Zusammenarbeit und Beziehung mit Kollegen, Mitarbeitern, Kunden und der eigenen Familie nachhaltig. Dabei wird sowohl Lebensqualität als auch Arbeitseffizienz verbessert.

Zielgruppe

Das Seminar wendet sich an Führungskräfte und MitarbeiterInnen in privaten und öffentlichen Organisationen und an all diejenigen, die in ihrem beruflichen oder privaten Umfeld Menschen führen zusammenarbeiten und konkrete Instrumente wünschen, um ein angenehmes Arbeitsklima und gleichzeitig gesteigerte Effizienz zu erlangen.

Lernziele

Sie lernen auch in kritischen Situationen eine positive und kooperative Grundhaltung zu bewahren, ohne dabei darauf zu verzichten Ihren Standpunkt zu vertreten und Ihre Anliegen klar und konkret zu äußern. Sie erfahren wie die Orientierung an den eigenen und fremden Bedürfnissen zu einem kreativen und erfolgreichen Umgang mit Konflikten ermöglicht und zwischen echten und falschen Konflikten zu unterscheiden. Das Seminar bietet ausreichend Raum für praktische Übungen, in denen die TeilnehmerInnen an konkreten und praxisnahen Beispielen die neu erlangten Erkenntnisse wirkungsvoll in die Praxis umsetzen können.

Trainingsinhalte

- ✓ Was ist ein Konflikt?
- ✓ Wachstumspotential
- ✓ Konflikte erkennen und konstruktiv bewältigen
- ✓ Die vier Schritte der wertschätzenden Kommunikation
 - Beobachtung oder Urteil?
 - Gefühl oder Gedanke?
 - Bedürfnis oder Strategie?
 - Bitte oder Forderung?
- ✓ Klare Aussagen für konkretes Handeln
- ✓ Was Empathie nicht ist
- ✓ Wertschätzendes Feedback

Dauer

1 Tag

Teilnehmerzahl

Max. 12 Teilnehmer

Ort und Termin nach Absprache