

2024-K(11)

Wie sage ich es richtig - stressfrei(er) kommunizieren



DURCHFÜHRUNG

Madlén Steinbrückner

M.A. Sportwissenschaft, Psychologie, Erziehungswissenschaft, Sporttherapeutin,
Mentaltrainerin, Systemischer Personal- und Businesscoach, wingwave® Coach
Nur Greifswald und Umgebung (60km)

ZIELE

- Wissenserweiterung zum Thema Kommunikation
- Anwendbare Strategien wie Bedürfnisse, Anliegen, Aufgaben sicher, klar und deutlich kommuniziert werden
- Alltagsgespräche sicher und effektiv führen

INHALT

Kennen Sie das auch?

Sie sind der Meinung, dass Sie DAS schon so oft gesagt haben. Und dennoch kommt das, was Sie sagen wollen, bei Ihrem Gegenüber nicht so an, wie Sie es sich wünschen...

- Bausteine und Stolpersteine unserer Kommunikation
- Die vier Seiten einer Nachricht - Kommunikationsmodell von Friedemann Schulz von Thun
- Mit Fragen zum Erfolg
- Umgang mit Negationen
- Emotionen regulieren - selbstsicher auftreten
- Gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach Marshall B. Rosenberg

ZIELGRUPPE

Kita-Personal, LehrerInnen, SozialarbeiterInnen

VORAUSSETZUNG

Ausreichend großer Raum mit Tischen in U-Form für 8-12 Teilnehmer,
Beamer und Flipchart/Whiteboard

DAUER

Tagesworkshop 9:00 - 16:00 Uhr