

Kommunikation findet immer statt! Ob im privaten Umfeld oder im betrieblichen Alltag: Unsere Worte, Mimik und Gestik haben eine bestimmte Wirkung auf unseren Gegenüber. Doch oft kennen wir unseren eigenen Kommunikationsstil nicht und sind dann über Missverständnisse und entsprechende Reaktionen verwundert. Durch die Kenntnis des eigenen Kommunikationsstils und des eigenen Verhaltens kann eine wertschätzende Atmosphäre geschaffen werden, die eine konstruktive Zusammenarbeit ermöglicht.

Vor dem Hintergrund der Ansätze der verschiedenen Kommunikationsmodelle erkunden die Teilnehmer/innen in diesem Seminar ihr eigenes Kommunikationsverhalten. Anhand von Übungen wird gemeinsam erarbeitet, welchen Einflussfaktoren die Kommunikation unterliegt und welche Wechselwirkungen es zwischen dem eigenen Verhalten und der Reaktion des Gegenübers gibt. Es wird verdeutlicht, wie Beziehungs- und Sachebene voneinander zu trennen sind. Des Weiteren erfahren die Teilnehmer/innen, dass eine professionelle Gesprächsvorbereitung genauso wichtig ist wie die kritische Selbstreflexion.

Schwerpunkte

Grundlagen der Kommunikation

- ✓ Kommunikationsmodelle – verschiedene Ansätze
- ✓ Sach- und Beziehungsebene
- ✓ Mein eigener Kommunikationsstil, meine Entwicklungsfelder
- ✓ Der Kommunikationsstil meines Gesprächspartners

Gesprächsvorbereitung

- ✓ Rahmenbedingungen gestalten
- ✓ Was ist mein Ziel? Was will ich erreichen?
- ✓ Welche Themen will ich ansprechen?
- ✓ Welche Argumente habe ich?
- ✓ Wie sieht mein Gesprächspartner vermutlich die Situation?
- ✓ Gesprächsleitfaden

Gesprächstechniken

- ✓ Ich-Botschaften
- ✓ Fragen stellen
- ✓ Aktives Zuhören

Gesprächssituationen meistern

- ✓ Gelassenheit bei Missverständnissen

Zielgruppe:	Fach- und Führungskräfte, die Basiswissen erlernen bzw. auffrischen wollen, ihren Kommunikationsstil reflektieren und ihre Gesprächskompetenz verbessern wollen.
Methoden:	Trainerinput, Gesprächs- und Verhaltensübungen, Rollenspiel, Reflexion im Plenum, Teilnehmeranliegen
Dauer:	2 Tage jeweils von 9:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Teilnehmerzahl:	min. 6; max. 10