

Kommunikation & Gesprächskompetenz

Kommunikation „passiert“ immer und überall. Ob im privaten oder beruflichen Bereichen - die Art und Weise der Kommunikation bestimmt Erfolg und Lebensqualität. Gesprächskompetenz bringt nicht nur eine entspannte Atmosphäre, sondern vor allem auch ein erfolgreiches Miteinander.

In diesem Seminar erfahren und erproben Sie

- die wesentlichen Grundlagen von Kommunikation.

Anhand von praxisbezogenen Beispielen, Rollenspielen und interaktiven Übungen erlernen und trainieren Sie

- bewährte Methoden und Kommunikationstechniken.

Watzlawick, Carl Rogers, Thomas Gordon und Schulz von Thun spannen den theoretischen Rahmen, während das methodische Vorgehen auf den Ansätzen von Kurt Lewin, Jacob Levy Moreno und Ruth Cohn basiert.

Inhalt

- Grundmerkmale der Kommunikation nach Watzlawick,
- Kommunikationstheorie von Schulz von Thun,
- Reflexion des eigenen Kommunikationsstils (inkl. eines Kommunikationstest),
- Kollegengespräch und Mitarbeitergespräch (inkl. Auswertungsbögen),
- Fragetechniken,
- Konflikte konstruktiv bewältigen,
- Ich- und Du-Botschaften,
- Aktives Zuhören,
- Feedback
- Gesprächsleitfaden für schwierige Gespräche,
- Übungen zur Teamarbeit (inkl. Instruktionen und Auswertungsbögen),
- Dos und Don'ts für gelungene Kommunikation

Dauer

2 Tage von 9.00 - 17.00 Uhr, 16 Einheiten

Trainer

Mag. Wilhelm Loidl