

## Erfolg in Beruf und Alltag durch wertschätzende Kommunikation

Die Basis für gute Beziehungen, ob im Beruf oder Alltag ist gegenseitiges Verständnis und wertschätzender Umgang miteinander. Kommunikation ist ein Werkzeug. Wer die verschiedenen Tools kennt und umsetzen kann, erlangt Souveränität im täglichen Umgang.

Durch gekonnte und angemessene Kommunikation entstehen respektvolle und wertschätzende Beziehungen. Der erste Schritt ist das Reflektieren des eigene Kommunikationsverhaltens und der Wirkung auf andere. Starke Ich-Kompetenz und wertschätzende Kommunikation ergeben die Basis für Sozialkompetenz.

Inhalte:

- Reagieren auf mein Gegenüber – eigene Wahrnehmungsfilter und Bewertungen
- Wirklichkeit und Täuschung erkennen, mit mehreren Wahrheiten leben
- Die Kraft der Neutralität nutzen
- Gefühle wahrnehmen und Bedürfnisse ausdrücken
- Forderungen angemessen formulieren
- Konflikte überwinden, das Gemeinsame suchen
- Praktische Beispiele

Referentin:

Monika Finkbeiner-Stein, Kauffrau, Coach & Trainerin, Idstein

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

**Vortrag:** Mindestens 6 und maximal 250 Teilnehmerinnen

**Tagesveranstaltung:** Mindestens 4 und maximal 15 Teilnehmerinnen

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Tagesveranstaltung mit 6-7 Zeitstunden oder einen Vortrag mit 1-2 Zeitstunden.

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

**Tagesveranstaltung:** Beamer, Leinwand, Flipchart mit Papier, Moderationskoffer, Stühle in U-Form (mit oder ohne Tische je nach Raum und Thema)

**Vortrag:** Beamer, Leinwand, Flipchart mit Papier, Stuhlstellung je nach Raummöglichkeit

Maximale Entfernung:

**Vortrag:** nach Absprache

**Tagesveranstaltung:** hessenweit