

## **Ermutigende Kommunikation wirkt Wunder Wertschätzend in Kontakt sein**

Klare Positionen mit Hilfe der Sprache bieten Orientierung und Sicherheit im Umgang miteinander. Sprache zeigt viel über die innere Haltung mir selbst und Anderen gegenüber. Dies bedeutet, im guten Kontakt mit sich selbst zu sein sowie respektvoll und auf Augenhöhe mit anderen Menschen zu sprechen und umzugehen. Dies gilt sowohl für den beruflichen als auch für den privaten Bereich. Eine gleichwertige und wertschätzende Kommunikation bereichert das Zusammenleben, erleichtert die Zusammenarbeit und fördert somit die Gestaltung konstruktiver Prozesse.

An diesem Tag wollen wir durch gezielte Übungen einander (aktiv) zuhören, durch ermutigende, praktische Methoden sorgsam mit dem Anderen umgehen, um somit präsent, echt und klar auf mein Gegenüber zu wirken sowie mehr eigene Sicherheit und Überzeugungskraft zu gewinnen.

Entspannungs- und Bewegungsübungen können den Tag auf Wunsch bereichern.

Inhalte:

- Er- und entmutigende Kommunikation
- Ermutigende Kommunikationsformen mit verschiedenen Methoden und unterschiedlichen Gesprächstechniken anwenden
- Mithilfe von Rollenspielen ins Spüren und Wahrnehmen kommen

Referentin:

Bärbel Hörner, Dozentin, Individualpsychologische Beraterin, Encouraging-Trainerin, Lahntal

Hinweis:

Bei diesem Angebot handelt es sich um eine Tagesveranstaltung mit 6 -7 Zeitstunden

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Mindestens 6 und maximal 12 Teilnehmerinnen

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Flipchart mit Papier, Beamer, Leinwand, Matten (für den Entspannungsteil), Stuhlkreis

Maximale Entfernung:

150 km ab Lahntal