

Klug gekontert

Auf Diskriminierungen schlagfertig reagieren

Jemand serviert Ihnen einen diskriminierenden Spruch, wird unverschämt, versucht, Sie zu manipulieren. Wie reagieren Sie? Meist sind wir sprachlos, erst später fallen uns viele gute Konter ein. Damit sind Sie nicht allein!

In diesem Workshop gehen wir der Frage nach, wie wir Frauen mit beleidigenden und diskriminierenden Sprüchen umgehen können. Es geht darum, aktiv Stellung zu beziehen, (vermeintlich) Schwächere oder auch uns selbst zu schützen und klare Gegenposition zu beziehen. Sie lernen und trainieren, wie Sie bei Provokationen positiv, konstruktiv reagieren. Dadurch wirken Sie souveräner und strahlen mehr Kompetenz sowie Selbstbewusstsein aus. Schlagfertigkeit können Sie lernen.

Schlagfertigkeit heißt, die Kontrolle über die Situation zu behalten. Sie hilft dabei, sich durchzusetzen und zu behaupten, macht selbstbewusster und souveräner.

Die Teilnehmerinnen erhalten praktische und wirksame Impulse, mit denen sie auch nach dem Seminar ihr Verhalten bei diskriminierenden Äußerungen reflektieren können, damit das Gelernte nachhaltig wirkt.

Inhalte:

- Grundlagen einer wertschätzenden Kommunikation
- Überzeugend zu argumentieren und dabei Killerphrasen abzuwehren
- Spontan, selbstbewusst und souverän auf diskriminierende Äußerungen zu reagieren
- Ihre rhetorischen Kompetenzen gezielt zu verbessern
- Ihre inneren Blockaden zu identifizieren und mit diesen positiv umzugehen

Weiterhin ist ausreichend Zeit für die Fragen der Teilnehmerinnen und den Erfahrungsaustausch.

Referentin:

Sigrid Knorr, Dipl. Wirtschaftspädagogin & Business Coach, Frankfurt am Main

Hinweis:

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

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Max. 14 Teilnehmerinnen in Präsenz

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Beamer, Leinwand, HDMI-Kabel, Flipchart, Stühle und Tische in U-Form

Maximale Entfernung:

20 km ab Wohnort