

## **Führungsstarke Kommunikation**

### **Deeskalation und Bewältigung von Konflikten**

Stress oder Überforderung beeinflussen unsere Kommunikation. Wir sind möglicherweise nicht fähig, unser Gegenüber wahrzunehmen. Häufig entstehen Missverständnisse, das Gefühl sich rechtfertigen zu müssen oder Schuldgefühle rücken in den Vordergrund.

Konfliktpotenzial kann durch unterschiedliche Interessen und Ziele, Werte und Ansichten entstehen. Die ungleiche Wahrnehmung und Art, die Dinge zu betrachten führen häufig zu Interpretationen, Bewertungen und Erwartungen. Emotionen, die von unserer inneren Welt gesteuert werden, hindern uns häufig daran, klar zu denken. Viele stellen eigene Bedürfnisse in den Vordergrund, andere stellen sie zurück oder kennen sie gar nicht. Auch ein unterschiedlicher Wissensstand kann Konfliktpotenzial herbeiführen.

In diesem Workshop erlernen Sie führungsstarke Kommunikation und finden Ihren Weg für lösungsorientiertes Denken und Handeln.

Inhalte:

- Wahrnehmung, Bewusstsein und Intuition stärken
- Werte & Rollen
- Atmen, Lachen, Tanzen – für innere Stärke, Stressabbau und -prävention
- Gedanken annehmen und loslassen
- verarbeiten mit Neurografik
- MEINE WELT – DEINE WELT kennenlernen und anwenden

Referentin:

Kathrin Laborda, Bewusstseinstrainerin, Teamcoach, Autorin, Hofheim

Maximale Teilnehmende:

Abhängig von Räumlichkeiten, Inhalte und Struktur werden an die Anzahl der Teilnehmerinnen angepasst

Hinweis:

Diese Veranstaltung kann in Präsenz oder im Online-Format stattfinden.  
Eine Tagesveranstaltung mit 7 Zeitstunden oder ein 4-stündiger Workshop  
oder einen interaktiven Vortrag mit 1,5 Stunden

Benötigte Technik, Stuhl-/ Tischstellung:

Flipchart, Stühle im Halbkreis oder bei über 25 Kinobestuhlung

Maximale Entfernung:

200 km ab Wohnort