

## **Türöffner in der Kommunikation**

### **Einführung in das Kommunikationsmodell von Marshall B. Rosenberg**

Wünschen Sie sich einen wertschätzenden Umgang mit Ihren Mitmenschen? Können Sie sich daran erinnern, wann Ihr letztes Gespräch schwierig wurde?

In diesem Workshop lernen Sie konkrete „Türöffner“ in der Kommunikation kennen und gewinnen Klarheit über eigene Kommunikationsgewohnheiten, die einem verbindenden Miteinander eher im Wege stehen.

Der Workshop baut auf kurzen Theorieimpulsen und vielen praktischen Übungen auf. Ziel ist eine Reflexion des eigenen Kommunikationsverhaltens.

Dieser Workshop unterstützt Frauen in ihren beruflichen und familiären Umgebungen Konflikten vorzubeugen oder diese konstruktiv zu lösen.

Inhalte:

- Eine Gesprächsbasis schaffen
- „Echte“ Gefühle äußern
- Auf Augenhöhe kommunizieren
- „Effektive“ Bitten stellen

Referentin:

Daniela Manke, M.A., Prozessbegleiterin und Organisationsentwicklerin,  
Trainerin für wertschätzende Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg,  
Fulda

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Mind. 5 und max. 12 Teilnehmerinnen bei einer Präsenzveranstaltung und 25 online

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Tagesveranstaltung mit 6 Zeitstunden oder einen Workshop mit 4 Zeitstunden. Beide Formate sind online durchführbar

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Präsenz: Beamer, Leinwand, HDMI-Kabel, Pinnwand, Flipchart,  
Moderationskoffer, Stühle in U-Form;  
Online: WLAN-Zugang, Laptop, Kamera

Maximale Entfernung:

80 km ab Wohnort (Fulda bzw. Ober-Ramstadt)