

Gewaltfreie Kommunikation (GfK)

SEMINARZIEL

An alle, die Ihre Kommunikation verbessern und in kniffligen Situationen besser gewappnet sein möchten. Erfolg durch eine effizient Gesprächstechniken argumentieren und reagieren neu definieren lernen.

INHALTE

- Beobachtung: Die Situation beobachten, ohne sie zu bewerten oder zu interpretieren,
- Gefühl: Das Gefühl wahrnehmen, das wir haben bzw. das unsere Gesprächspartnerin oder unser Gesprächspartner hat, und
- Bedürfnis: Das Bedürfnis erkennen, das in uns oder in dem anderen lebendig ist.
- Bitte: Wie können wir dazu beitragen, die anderen einzubeziehen, damit sie wiederum zur Erfüllung unserer Bedürfnisse beitragen können – wenn sie es denn möchten.
- WahrnehmungsfILTER kennenlernen
- Kategorien von Wahrnehmungstypen
- Interpretierbare Signale der Körpersprache
- Konsequenzen auf der emotionalen Ebene und der Handlungsebene
- Typische Kommunikationsfallen
- Was sind meine Blockaden?
- Welche Signale sende ich aus?
- Metaebene der Kommunikation
- Feedbackregeln

ZIELGRUPPE: Alle Mitarbeiter und Führungskräfte

DOZENT Nina Scheitweiler

ORT Diverse

SEMINARORGANISATION

Nina Scheitweiler, nina@scheitweiler.de, 0171-1402608, 06202-929960