

11002 Aufmerksam kommunizieren - auch in hektischen Zeiten

Zielgruppe	Beschäftigte der öffentlichen Verwaltung
Ihr Nutzen	Sie - erleben und reflektieren, welche Wirkung Sie auf Ihr Gegenüber haben, - entwickeln persönliche Strategien zur Steuerung Ihrer Kommunikation in Belastungssituationen, - probieren alternatives Verhalten aus und trainieren Ihre Gesprächskompetenz - gewinnen neue Handlungsmöglichkeiten
Inhalt	Unsere Sprache und die Art, wie wir kommunizieren, wirkt auf unsere Gesprächspartner und auch auf uns selbst zurück. Es gibt eine Sprache, die Kraft kostet und anstrengend ist. Mit Worten können Sie Kräfte wecken, motivieren oder in Sekunden etwas vernichten. Wir sind uns häufig nicht bewusst, wie unsere Kommunikation ankommt und wundern uns über die Wirkung und die Reaktion der anderen. Kommunikation gerät oft zu einer gegenseitigen Quelle von Missverständnissen, Unzufriedenheiten und Konflikten. In diesem Kurs reflektieren wir kommunikative Umgangsformen und lenken die Aufmerksamkeit auch in hektischen Zeiten darauf, dass wir die Ergebnisse erzielen, die wir wünschen. - Wie gestalte ich durch Kommunikation die gewünschte Beziehung zum Gegenüber? - Kontakt kommt vor Kooperation - Umgang mit Emotionen - Hirnforschung und Kommunikationspsychologie - Handwerkszeug für die Gestaltung von konstruktiven Gesprächen - Wie reagiere ich gelassen in schwierigen Gesprächssituationen? - Wie setze ich Grenzen, ohne zu verletzen? - Problemstellungen der Teilnehmenden
Abschluss	Teilnahmebestätigung

Termin	10. - 11.06.2026, 9:00 - 16:00 Uhr
Dauer	2 Tag(e) (16 Unterrichtsstunden)
Ort	Weimar
Dozent	Heike Rutke
Gebühr	400,00 € für Mitglieder 480,00 € für Nichtmitglieder Sofern das Gebührenaufkommen eines Seminars die tatsächlich mit der Durchführung verbundenen Kosten nicht deckt, können kostendeckende Gebühren im Einzelfall festgesetzt werden.
Anmeldeschluss	bis 14 Tage vor Lehrgangsbeginn
Organisation	Viktoria Seidl 03643 207-124