

HERAUSFORDERNDE GESPRÄCHE

Rein in den Körper – raus aus dem Kopf!

Fordernde Gespräche gehören zum Berufsalltag

- + Wollen Sie diese gelassener und mit einem niedrigen Stresspegel erfolgreich führen?
- + Wollen Sie mit negativen Reaktionen Ihres Gegenübers gekonnt umgehen?
- + Wollen Sie in einem sicheren Seminar-Rahmen Ihr Gespräch üben – und ehrliches Feedback sowie Impulse bekommen?

Methodik zur Klärung und Umgang mit den eigenen Gefühlen

Meine Körpergefühle sichtbar gemacht in der Emotionenbilanz
Wie bereite ich mich auf eine mögliche negative Reaktion vor

Energie / Anspannungs-Matrix

Selbstanalyse: Mit einem Blick erkennen, wie hoch ist mein Stresslevel ist
Den eigenen Stress positiv nutzen – Grenzen ziehen

Methoden zur gelassenen Gesprächsführung fordernder Gespräche

Eigene Klarheit und das Ziel im Fokus
Aufbau und Struktur strategischer Gespräche

Gesprächsführung nach einer Eskalation

"Pizzaanalyse": Was hat mich gestresst und was sind meine eigenen Anteile?
Lösungsplanung

INHALTE

HERAUSFORDERNDE GESPRÄCHE

Rein in den Körper – raus aus dem Kopf!

Ein Seminar für alle, die mit Kunden, Eltern, Kollegen, Mitarbeitern und Chefs Gespräche führen "müssen".



Ob bei der Arbeit oder zu Hause, tagtäglich ergeben sich schwierige Gesprächssituationen, denen man am liebsten ausweichen würde. Ziel des Seminars ist es, dass Sie einen neuen Ansatz kennenlernen, der die Wechselwirkung von Körper und Psyche in der Kommunikation in den Fokus stellt – **Embodied Communication**.

Wenn Sie auf Ihren Körper und den des Gegenübers hören und dessen Signale einbeziehen, werden Sie gelassener und klarer in fordernde Gespräche gehen können.

ZIELE

Termin	12. bis 14. April 2018, Do + Fr 9 - 17 Uhr, Sa 9 -14 Uhr
Teilnehmeranzahl	max. 10 TeilnehmerInnen
Teilnahmegebühr	420 Euro (Frühbucherrabatt bis 1. März: 370 Euro) Firmen 890 Euro (Frühbucherrabatt bis 1. März: 750 Euro) inkl. 19% MwSt., Pausenverpflegung
Stornogebühren	10% Bearbeitungsgebühr bis vier Wochen vor dem Seminartermin, danach 100% oder 0% bei Ersatzperson
Ort	Center of Consciousness, Bismarckstraße 16 d-e, 12169 Berlin

Anmeldung

Judith Hartmann

Dipl. Volkswirtin, systemische Beraterin, Coach
jh@judith-hartmann.de
030 - 69 53 44 75