

WORKSHOP: KOMMUNIKATIONSTRAINING



SOUVERÄN IM UMGANG MIT HERAUSFORDERNDEN SITUATIONEN

Respektlose Bemerkungen, unsachliche Kritik und herausfordernde Situationen begegnen uns fast täglich und setzen uns unter Druck, auf den wir häufig mit Sprachlosigkeit oder Gegenangriff reagieren. Den Druck von außen können wir nur bedingt steuern, wohl aber klug und selbstbewusst damit umgehen. In diesem Seminar erlernen Sie praxisorientierte Strategien, um in kritischen Situationen, überzeugend aufzutreten und Ihre Ziele deutlich auszudrücken, ohne die Beziehung zum Gegenüber zu gefährden.

Wann:	Freitag, 13.03.2020, 09.30 – 16.30 Uhr
Wo:	Multikulturelles Forum, Posener Str. 2, 40231 Düsseldorf
Dozentin:	Sabina Köster, Dipl.-Päd., Trainerin & zert. Syst. Business Coach
Gebühr:	Sie bestimmen den Preis!

Seminarinhalte:

- körpersprachliche Präsenz & nonverbale Techniken
- Schlagfertigkeit: wortgewandt reagieren ohne verletzend zu wirken
- Grenzen aufzeigen und sich Gehör verschaffen
- konstruktiver Umgang mit Kritik
- kritische Situationen reflektieren & entschärfen
- der Umgang mit schwierigen Menschen
- eigene Interessen selbstbewusst vertreten und die eigene Durchsetzungsfähigkeit erhöhen

Methoden:

- theoretischer Input
- Einzel-, Partner und Gruppenarbeit
- erlebnisorientierte Praxisübungen
- Reflexion und Videofeedback

Infos und Anmeldung bis zum 09.03.2020 per E-Mail: tutas@multikulti-forum.de,
telefonisch: 0211 957429-43 oder vor Ort.



Multikulturelles
Forum e.V.

Stark durch Vielfalt.

www.multikulti-forum.de