

Ziele. Das Training vermittelt ein umfangreiches Verständnis über die Funktionsweisen von verbaler und nonverbaler Kommunikation. Es werden positive Einflussfaktoren wie Stimme, Mimik und Körpersprache kennengelernt und konkrete Tipps zum gezielten und bewussten Einsatz trainiert.

Methoden. Die Vermittlung von Strategien und Techniken erfolgt in Plenums- und Gruppenarbeit, unterstützt durch erfahrungsbasierte Methoden und bindet neben Konflikt- und Stresssimulationen auch Videofeedback ein.

Themen. Mögliche Schwerpunkte:

- Maxime der Kommunikation
- Verbale und nonverbale Kommunikation
- Kongruenz
- Genderorientierte Kommunikation
- Kommunikationstechniken
- Effektivität von Sprache
- Kommunikation unter Stress
- Deeskalationstechniken

Organisation.

- Die Dauer der Trainingsmaßnahme beträgt 1-2 Tage.
- Empfohlen wird ein kontinuierlicher, begleiteter Trainingsprozess.
- Teilnehmerzahl zwischen ca. 6-30.
- Das Training kann mit anderen „Stark in Krisen“-Modulen kombiniert werden.
- Alle Details werden im Vorfeld mit den Trainern besprochen.

Matthias Wolter

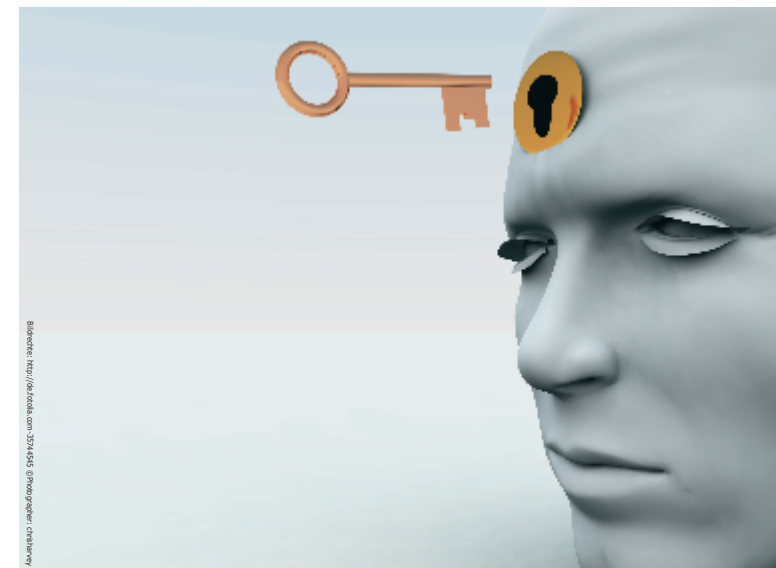
Mettenhof 2
49451 Holdorf
T: 05494-980942
M: 0171-8821762
info@i-gsk.de
www.i-gsk.de

Peter Döscher

Zum Krähenholz 8
27624 Bad Bederkesa
T: 04745-931059
M: 0171-5460750
peter.doescher@i-gsk.de
www.i-gsk.de

Vom Wissen
zum Können

Kommunikation
Der Schlüssel zum Mitmenschen



Bildquelle: http://bit.ly/10z8a und 5T7K5G5 © Fotografer: chrisler

Herausforderungen

In anspruchsvollen und belastenden Situationen kann das Miteinander spannungsgeladen sein. Insbesondere unter Stress ist jede verbale und nonverbale Ausdrucksform von Bedeutung. Jedoch fehlt oftmals das Bewusstsein für die Vielfalt der Faktoren, welche die Kommunikation beeinflussen. Daher werden, oft unbewusst, verbale **Reizworte** wie „immer“, „wieder“ oder „nur“ eingesetzt oder destruktive Du-Botschaften wie „**Du** hast wieder ...“, „Immer hast **Du** ...“ verwendet. Zudem werden häufig nonverbale Signale wie Augenrollen oder der „drohende Zeigefinger“ eingesetzt, die ein Gespräch negativ beeinflussen können. Weiter üben Stimmlage, Betonung und Satzlänge einen erheblichen Einfluss auf die Kommunikation aus.

Erschwerend kommt häufig eine Vermischung des sachlichen Inhalts und persönlicher Kritik hinzu, auch frauen- und männerspezifische Kommunikationsweisen finden kaum Beachtung, so dass ein Gespräch trotz bester Absichten negativ verläuft.

Was tun?

Eine gute und bewusste verbale wie nonverbale Kommunikation stellt den Schlüssel zum Mitmenschen dar. Es kommt weniger darauf an, welche Kommunikationsform grundsätzlich richtig oder falsch ist, sondern dass die gewählte Methode möglichst effektiv den Mitmenschen erreicht.

So müssen neben der Vermittlung von Maximen der Kommunikation typische individuelle verbale und nonverbale Kommunikationsmuster identifiziert werden.

Mit diesem Wissen können gezielt neue Kommunikationsstrategien erarbeitet oder bestehende optimiert werden. Insbesondere der gezielte Einsatz von Körpersignalen, Ich-Botschaften und speziellen Fragetechniken können den Gesprächsverlauf und die gegenseitige Akzeptanz erheblich verbessern und emotionale Auseinandersetzungen versachlichen.

Durch gezielte Kommunikation den Schlüssel zum Gegenüber finden.

Unser Angebot

In dem Training wird der Einfluss von verbaler und nonverbaler Kommunikation praxisnah dargestellt. Dabei werden positive und negative Indikatoren und Verhaltensweisen identifiziert, um eine effektive Kommunikationsaktion auch in Stress- und Konfliktsituationen zu gewährleisten.

Auf dieser Grundlage werden die individuellen Kommunikationsweisen der Teilnehmer optimiert. So unterstützt aktives Zuhören die Bereitschaft, sich auf die Sichtweise des Gegenübers einzulassen; durch Ich-Botschaften oder Fragetechniken, in Verbindung mit bewusst eingesetzten körpersprachlichen Signalen, kann das Gespräch positiv beeinflusst werden.

Und das alles mit Spaß!

Die Inhalte werden praxisnah trainiert und jeweils auf die Teilnehmer, deren aktuellen Bedürfnisse und Arbeitsfelder zugeschnitten.

Es gibt kein Training vom Fließband!

