

Konstruktiv kommunizieren in schwierigen Situationen



KURZ & KNAPP

Format: Offenes Training
Dauer: 3 Module (bis zu 4 Stunden)
Personen: 8 - 10
Sprachen: Deutsch
Preis: 650 €

lubbers.de/offenes-programm

Konstruktiv kommunizieren in schwierigen Situationen

Ein Online-Training in 3 Modulen

Schwierige Situationen - ob privat oder beruflich - oder Krisenzeiten, wie wir sie im Moment erfahren, fordern und überfordern uns häufig. Die meisten von uns erleben solche Situationen selten und sind nicht geübt darin.

Was wir benötigen, ist ein stabiles inneres Gleichgewicht. Haben wir das nicht, kann es zu emotional aufgeladenen Situationen kommen, die wiederum zu inneren Krisen, Abwehr, Ohnmacht oder Ausweichen führen können.

In drei Online-Modulen unterstützen wir Sie, in schwierigen Situationen stabil, handlungsfähig, zielorientiert und präsent zu bleiben. Nur wenn uns die Situationen klar sind, die Kraft und Energie kosten und zu Ängsten, Nervosität und Unsicherheit führen, können wir sie bearbeiten. Konstruktiv kommunizieren ist eine Fähigkeit, die nicht nur Krisenmanager, sondern viele von uns im Alltag benötigen.

Vor dem Training

Zur Vorbereitung erhalten Sie drei Tage vor Beginn des Trainings von uns einen Fragebogen, mit dessen Hilfe Sie sich über Ihre aktuelle Herausforderung Gedanken machen, sowie ein Video mit einigen Hinweisen, die für Ihre Teilnahme am Training wertvoll sind.

Die Inhalte

Modul 1 - 4 Stunden

Wieso reden in schwierigen Situationen oft nicht zielführend ist, und wie Sie schnell wirksam sein können.

- Ihr aktuelles Thema mit den drei wesentlichen Einflussfaktoren bearbeiten
- Sie erfahren, welche Einflussfaktoren langsam, und welche sofort wirken
- Aufgabe bis zum zweiten Modul für die Anwendung im Alltag

Modul 2 - 4 Stunden

Sie erhalten basierend auf Modul 1 (drei Einflussfaktoren) weitere Möglichkeiten Sprache im Alltag deutlich wirkungsvoller einzusetzen.

- Der Unterschied zwischen Wahrnehmung und Interpretation
- Fakten glasklar benennen können
- Der Unterschied zwischen Fragen versus Forderungen
- Aufgaben bis zum 3. Modul für die Anwendung im Alltag

Modul 3 - 3 Stunden

Von der Absicht zur Handlung

- Aktuelle Themen, Fragen und Fallarbeit zu den in der Zwischenzeit gemachten Erfahrungen
- Was Sie tun können, um am Thema dran zu bleiben

DAS HABEN SIE DAVON

- Sie lernen hochwirksame Verhaltensstrategien für kritische und stressige Situationen kennen, die Sie sofort einsetzen können.
- Sie bleiben in schwierigen Situationen handlungsfähig.
- Sie lernen in angespannten und konfliktbeladenen Situationen kurz und knapp auf den Punkt zu kommen, und das Gespräch trotzdem am Laufen zu halten.
- Sie bekommen professionelles Feedback zu Ihrem mitgebrachten Anliegen bzw. Fall.

Teilnehmerkreis

Mit diesem Online Training möchten wir Fach- und Führungskräfte aller Ebenen, Projektleiter, Betriebsräte, Personaler und alle Mitarbeiter, die schwierige Situationen und Konflikte schnell und wirksam lösen müssen ansprechen.

Voraussetzungen

Um am Online Training teilnehmen zu können, benötigen Sie die Plattform Zoom. Drei Tage vor Beginn des Trainings verschicken wir einen Link dazu. Uns ist wichtig, dass jeder Teilnehmende für die Dauer des Trainings ungestört ist und dass es einen gemeinsamen Beginn und ein gemeinsames Ende gibt.

Weiterführende Produkte

Bitte schauen Sie auf unseren Internetseiten im **Menü** unter [Konflikt & Krise](#). Dort finden Sie mehr zu diesem Themengebiet..