

Thema	Effektiv miteinander kommunizieren
Teilnehmer	Jeder, der seine alltägliche Kommunikation verbessern möchte.
Ziele	Die Teilnehmer analysieren ihre Stärken und Fehler in der täglichen Kommunikation am Arbeitsplatz. Sie entwickeln und üben individuelle Kommunikationswege, die in der beruflichen Zusammenarbeit zu mehr Verstehen, Verständnis und Verständigung führen. Durch eine hohe Übungsfrequenz wird das erweiterte Verhalten gefestigt und sofort umsetzbar. Konkrete persönliche Übungsaufgaben nach dem Seminar festigen das Können bis zum Folgeseminar.
Inhalte	Meine Kommunikationsstärken und -schwächen <ul style="list-style-type: none">• Wie gut kann ich Sachinhalte logisch und schlüssig darstellen?• Wie gut kann ich eindeutiges und faires Feedback und faire Kritik von sachlich über humorvoll bis sehr persönlich geben und empfangen?• Wie sicher verwende ich deutliche Ich- und Sie-Aussagen? Wie oft verwende ich Verständigungskiller, wie z.B. eigentlich, aber, könnte, vielleicht, man, alle, immer, nicht, kein, usw.?• Wie weit bin ich in der Lage, bildhaft (visuell), dialogorientiert (auditiv), handlungsorientiert (kinästhetisch), geruchs- und geschmacksorientiert (olfaktorisch-gustatorisch) zu kommunizieren und mich auf meine Gesprächspartner einzustellen?• Wie professionell kann ich situativ mit verschiedenen Menschen und Gesprächsinhalten umgehen (vom Smalltalk auf dem Gang über die Fachdiskussion bis zum Gespräch mit Vorgesetzten)?• Wie einfühlsam berücksichtige ich die individuellen Bedürfnisse meiner Gesprächspartner?• Wie gut kann ich eine angenehme Gesprächsatmosphäre schaffen?• Wie präzise ist mein Hinhören? Wie sehr selektiere oder verallgemeinere ich in meiner Wahrnehmung?• Wie stark gehe ich aus Versehen in Konfrontationen durch Rechtfertigen, Beweisen wollen, Beklagen, Belehren und Abwerten?• Wie gut stimmen die Aussagen meines Körpers mit meinem Denken und meinen Worten überein?• Welche Kommunikationshilfen (Redewendungen, Floskeln, Rituale) passen zu mir?

Inhalte

Übung macht den Meister

Die Teilnehmer entwickeln die Themengebiete und Übungs-Situationen für ihre Kommunikations- Analyse selbst. Sie trainieren dann nach ihren so erstellten Trainingsplänen in Kleingruppen. Durch viele Kurzübungen sind die Teilnehmer in der Lage, ihr Kommunikationsverhalten selbst einzuschätzen und erleben gleichzeitig ihre Wirkung auf andere durch Beobachter-Feedbacks. Sie entwickeln einen Selbsttrainings-Plan für ihre Kommunikationsschwächen, der ihnen individuelles Training in den Folgeübungen ermöglicht. Damit steht ihnen auch ihr Übungsplan für die Umsetzungszeit zwischen den Seminarblöcken zur Verfügung.

Im zweiten Seminarblock wird das in der beruflichen Zusammenarbeit angewandte Seminarwissen überprüft und erweitert. So wird ein langfristiger Erfolg sichergestellt. Der Mitarbeiter wird durch Erfolgserlebnisse in der täglichen Kommunikation motiviert und entwickelt so sein Können weiter.

Methoden

Übungsintensives Trainingsseminar, abwechslungsreiche Übungssettings, Kleingruppen-Feedback und -Coaching, vielfältige schnelle wie ausführliche Feedbacks, Verbesserungskontrolle

Dauer

2 x 2 Tage mit Praxisphase dazwischen