

Sach- liche Kommuni- kation



Zurück auf die Sachebene – online Trainingsgruppe und My Trail

Manchmal scheint eine verständige Diskussion ausgeschlossen. Es geht nicht mehr um «die Sache». Auch wenn Sie augenblicklich in der emotionalen Spannung gefangen sind, gibt es Wege zurück zur Sachlichkeit. In der online Trainingsgruppe greifen wir Ihr konkretes Anliegen auf. Sie vervollkommen mit einem Gegenüber Ihr Gesprächsverhalten und erhalten wertvolle Rückmeldungen von TrainerInnen. Im My Trail eignen Sie sich selbstständig Know How und konkrete Strategien für emotionale Gesprächssituationen an. Sie erhalten Anregungen, Ihre eigene Haltung in Auseinandersetzungen zu reflektieren und erkennen Handlungsansätze.

Nutzen und Ziele

- Sich mit der eigenen Emotionalität auseinandersetzen
- Mit einem emotionalen Gegenüber in Verbindung treten
- In angespannten Situationen auf ein Repertoire an Methoden zurückgreifen, um das Gespräch auf die Sachebene zurückzuführen
- Die Kompetenzen in den Alltag transferieren

Programm

- Geleitete Trainingsgruppe
- Bearbeitung der persönlichen Fragestellung

Audiopodcasts zu

- Emotionssystem
- Umgang mit Emotionen in Gesprächen
- Rolle der Empathie in Konflikten

Skript und praktische Übungen zu

- Erkenntnisse Hirnforschung
- Selbst- und Fremdempathie in Konflikten
- Strategien, um sachlich zu bleiben
- Unterscheidung Bedürfnissen und Strategien als Schlüsselkompetenz
- Gesprächstechniken in emotionalen Gesprächen

Informationen

Daten

10.02, 17.02., 03.03., 10.03. &
17.03.2022 jeweils 15h30 – 17h30

Ort

Online

Preis

CHF 590 Training und My Trail

Anmeldefrist

18.01.2021

Kontakt

Nadine Gerber

Projektkoordinatorin

ngerber@sanu.ch

Referierende

Christine Gubser, sanu ag,
Dipl. Kommunikationstrainerin HF
Oliver Renggli, BrainDate,
Dipl. Kommunikationstrainer HF

Patronate: svu-asep, BrainDate AG

Weitere Informationen und Anmeldung: www.sanu.ch/22NGTK-DE

