

Mit Worten schlagen - Gelassen schlagfertig

Schlagfertig fallen einem immer erst im Nachhinein die richtigen Worte ein! Deshalb werden in diesem Seminar der Einfallsreichtum und die Geistesgegenwart trainiert. Sie üben dabei selbstbewusst, ihre persönliche Meinung zu vertreten und sich weder durch Killerphrasen noch durch persönliche Angriffe die Ruhe rauben zu lassen. Im Mittelpunkt des Trainings steht die angemessene Reaktion - das bedeutet, erst zu überlegen und dann angemessen zu antworten, anstatt sich "spontan schlagfertig" vielleicht einen Feind fürs Leben zu schaffen.

Zielgruppe:

- Fach- und Führungskräfte,
- Projektleiter:innen sowie
- Berufseinsteiger:innen ohne Vorkenntnisse.

Voraussetzungen:

Keine!

Inhalte:

- Überlegenheit und Besonnen
 - Die inneren Abläufe erkennen und für sich und andere positiv nutzen
 - Sein inneres Ich kennen: Umgang mit biologischen sowie den eigenen soziologischen und psychologischen Programmen und deren Auslösern
 - Souveräne Reaktion auf persönliche Angriffe und Killerphrasen
 - Die eigenen Trigger - "Druck-Knöpfe"
 - Das persönliche Motto als Hilfsmittel zur Bewältigung von kritischen Situationen
 - Ihr eigener erster Hilfe-Koffer: der Schutzschirm
- Eigene Strategien und Hilfsmittel
 - Zeit und Abstand gewinnen
 - Überlegt handeln, statt unüberlegt zurückzuschlagen
- Standards für jede Gelegenheit
 - Bestimmt Grenzen setzen, für sich selbst und andere, durch verbalen und nonverbalen Ausdruck
 - Durch gezielte Übung Sicherheit erlangen
 - Positive Formulierungen als Basis für konstruktiven Umgang mit anderen auch in Konfliktsituationen



Schulungsmethode

- Mix aus unterschiedlichen Methoden wie Einzel-, Gruppenarbeit, Vortrag und Diskussion.

Dauer

2 Tage (14 Stunden)

Preis

1.397,00 € netto

1.536,70 € inkl. 19% MwSt.