

Klartext reden.



Warum wir uns oft «falsch» verstehen und wie wir das vermeiden können.

Kommunikation begleitet uns tagtäglich und ist im (Berufs)Alltag eins der wichtigsten Instrumente im Miteinander. Zuhören, eine Rückmeldung geben und auch mal eine gute Kritik anbringen – das hört sich nicht schwierig an. Bedeutet aber bei «Nichtfunktionieren» die Sammlung von viel Sand im Getriebe, der die Abläufe und Prozesse in einem Unternehmen gefährden kann.

Das Modul 1 der Selfness Starter widmet sich dem Thema Kommunikation und Feedback und beleuchtet in Gruppenarbeiten, Interaktionen und Rollenspielen unsere Kommunikation in Alltagssituationen. Was gehört zu einem Feedback und wie kann ich es richtig platzieren? Möglichkeiten im Umgang mit Kritik werden in diesem Modul ebenso angeschaut, wie auch das Wissen rund um die verschiedenen Erkenntnisse der Kommunikationsforscher. Über das Verständnis, wie und warum Missverständnisse oder «Fehlkommunikation» überhaupt entstehen, können erste Veränderungen im Kommunikationsverhalten in Gang gesetzt werden. Denn der Mensch kann nicht «nicht kommunizieren» - er wird am Du zum Ich!

Lernziele

Du

- kennst wichtige Kommunikationsmodelle und verstehst, wie und warum Kommunikationsverlust entsteht.
- gewinnst Klarheit über die verschiedenen Ebenen einer «Botschaft» und wie Du sie entschlüsseln kannst.
- kennst und verstehst die Feedback Regeln und hast geübt, sie anzuwenden.
- befasst Dich mit dem «Geben und Erhalten» einer konstruktiven Kritik und lernst, Deine eigenen Botschaften positiv umzuformulieren.
- reflektierst die Wirkung bewusster und unbewusster Kommunikation über verbale und non-verbale Kanäle.
- gehst bewusster mit dem Begriff Kommunikation um und kommunizierst entsprechend klarer und geschärfter in Deinen Alltagssituationen.

Voraussetzung

Offenheit und Freude an neuen Erkenntnissen und der persönlichen Entwicklung.

Daten 2021

12. April 2021,
Eiger Selfness Hotel,
3818 Grindelwald

Anmeldung

Erforderlich,
beschränkte Teilnehmerzahl

22. Oktober 2021
Eiger Selfness Hotel
3818 Grindelwald

Konditionen

Abmeldungen bis 14 Tage vor dem Seminar sind kostenlos, danach ist der ganze Rechnungsbetrag fällig.

Preis

600 CHF (inkl. Verpflegung)

Dauer

1 Tag
9.00 Uhr – 17.00 Uhr.



Referentin

Birgit Fritz-Egger
Zertifizierter Selfness Coach

echt. menschlich. inspirierend.



www.eiger-grindelwald.ch