

Agieren statt reagieren! Statusspiele erkennen und Beziehungen aktiv gestalten

KURZBESCHREIBUNG

Statusspiele sind ein wichtiges Thema. Sie entscheiden über Respekt und Sympathie. Die Regeln für Statusspiele sind alles andere als offensichtlich, denn vieles geschieht unbewusst. Erfahren Sie mehr über Ihre Wirkung und lernen Sie die Einflussfaktoren kennen, mit denen Sie das Spiel aktiv gestalten können. Unser Seminar bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Fähigkeiten im Umgang mit Status und Machtspielen zu erweitern und Ihre berufliche Entwicklung positiv zu beeinflussen. Wir freuen uns darauf, Sie auf diesem spannenden Weg zu begleiten. Seien Sie der Regisseur auf der Bühne des Lebens.

IHR NUTZEN

Sie schärfen den Blick für Statusspiele.

Sie kennen und gestalten die Spielregeln im Umgang mit anderen Menschen.

Sie bleiben gelassen und souverän und gewinnen so an Professionalität.

Ihr Motto: Agieren statt reagieren!

SCHWERPUNKT

Im Mittelpunkt stehen die praktischen Situationen aus dem Alltag der Teilnehmer*innen. Die Teilnehmer erlernen und erleben, wie Sie in herausfordernden Situationen Ihre Souveränität bewahren und aktiv Beziehungen gestalten.

ZIELGRUPPE

Alle Mitarbeiter*innen

THEMEN

Was bewirkt Status? Die Bedeutung von Status- bzw. Machtspielen

- Status Situationen: "Spielchen"- erkennen und kontrollieren
- Das Motiv hinter dem eigenen Status
- Mit Körpersprache den Status beeinflussen

Rollenklarheit

Spielräume - Innere Haltung im jeweiligen Moment

- Halt und Haltung: Innere Antreiber kennen und zügeln

Status Situationen - meist kommt es überraschend

- Stichwort Kränkung: Unfaire Angriffe erfolgreich abwehren.
- Feedback nehmen und geben

Statuskämpfe - So werden Sie zum Sieger/zur Siegerin im Statusspiel

- Manipulation und Machtspiele erkennen
- Techniken, um Ihren Situationsstatus und Selbstwert zu heben
- Konflikte konstruktiv lösen

"Power-Posing" - wie wir unsere Emotionen bewusst steuern können

- Stress: Wege aus dem "geistigen Nebel"

LEHRMETHODEN

Kurze Impulse durch die Trainerin in Verbindung mit praktischen Übungen aus der angewandten Improvisation, Rollenübungen anhand von mitgebrachten Praxisfällen, Selbstreflexion, Erfahrungsaustausch und Feedback sowie Aikido.

TERMINE

inkl. 1 Stunde Einzeltraining online nach Abstimmung mit der Trainerin

25.11.2024 (10:00 Uhr) bis
26.11.2024 (16:00 Uhr)

Präsenz | Hannover

ARD.ZDF medienakademie

Preis: 1.390,- € p.P.

Seminarleitung: Anja Helm, Marc Dohmeyer

INHALTLICH VERANTWORTLICH

Bettina Winter

E-Mail: b.winter@ard-zdf-medienakademie.de

Telefon: +49 911 9619-458

KUNDENSERVICE

Ute Sperling

E-Mail: kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de

Telefon: +49 911 9619-367

SEMINARNUMMER

44 144