

Worte wirken im Körper! - wie gesunde Kommunikation funktioniert

KURZBESCHREIBUNG

Gelungene Kommunikation erhält gesund. Wenn wir in unseren Gesprächen das erreichen, was wir gerne möchten und die "Chemie stimmt" bezeichnen wir das als gelungenes Gespräch. Meist ist es uns nicht bewusst, welche Worte oder Gesprächsstrategien dazu führen, dass ein Gespräch uns gut tut. Wenn wir uns solcher "Tricks" bewusst sind, können wir Gespräche so führen, dass wir uns selbst dabei gesund erhalten. Wie das geht und wie Sie sich dieser "Tricks" bewusst werden, erfahren Sie in diesem Webinar.

IHR NUTZEN

Sich der eigenen Haltung und Einstellung im Gespräch gewahr sein.

Für die eigene Gesundheit sorgen durch gelungen Gespräche.

Durch gelungene Kommunikation den eigenen Selbstwert und den des Gesprächspartners steigern.

Konkrete Sätze und Tipps für den Alltag

SCHWERPUNKT

Sie reflektieren die Werte und Einstellungen einer gesunden Kommunikation und lernen die Bedeutung von wertschätzender Kommunikation für unserer Gesundheit kennen.

ZIELGRUPPE

Alle Mitarbeiter*innen und Führungskräfte

THEMEN

Die eigene Einstellung und Haltung erkennen!

Bedeutung von wertschätzender Kommunikation auf unserer Gesundheit

Worte wirken: Professionell und lösungsorientiert sprechen!

Fallen beim Zuhören erkennen und vermeiden!

Auch im Konflikt wertschätzend und innerlich stabil bleiben.

Konflikte konstruktiv ansprechen: Nicht OB, sondern WIE!

Selbstschutz in und nach schwierigen Gesprächssituationen.

Abstellen von unkonstruktiven Gedankenkreisen nach schwierigen Gesprächen

Loben ist nicht gleich wertschätzen.

LEHRMETHODEN

Kurze theoretische Inputs: interaktiv, moderierte Diskussionen, Einzelarbeit / Selbstreflexion, Kleingruppenarbeit / Übungsgespräche, Methoden zur Transfersicherung in den Alltag durch Karten

TERMINE

12.11.2024 (09:00 Uhr) bis

12.11.2024 (15:00 Uhr)

Webinar | Online

Preis: 490,- € p.P.

Seminarleitung: Bettina Engemann

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

44 162