

**SEMINAR (PRÄSENZ)**

## **Klar und wirksam im Business kommunizieren**

### **Einführung in die "Gewaltfreie Kommunikation" nach Marshall Rosenberg**

#### **Nutzen**

---

Sie lernen in diesem Seminar die Haltung und Methode der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg kennen. Sie sehen klarer, wie Konflikte entstehen und wie Sie dazu beitragen können, sie aufzulösen oder ihnen vorzubeugen. Nach dem Seminar gelingt es Ihnen leichter, in herausfordernden Gesprächssituationen wertschätzend zu bleiben. Sie sind in der Lage, aufgebrachten Gesprächspartnern gelassen zu begegnen und sie zu einem kooperativen Verhalten einzuladen.

Weiterbildungen in Präsenz:

Profitieren Sie vom persönlichen Austausch mit anderen Teilnehmer/-innen, die Interaktion untereinander und den direkten Kontakt zu Ihrer/-m Trainer/-in.

#### **Zielgruppe**

---

Haben Sie beruflich mit Menschen zu tun und sind daran interessiert, möglichst gute Beziehungen zu Ihren Kunden, Kollegen, Vorgesetzten und nicht zuletzt – sich selbst zu entwickeln? Sind Sie bereit, sich mit Ihrem eigenen Kommunikationsverhalten auseinanderzusetzen und Verantwortung für Ihre Anliegen zu übernehmen? Wollen Sie lernen, wie Sie sich aufrichtig und gleichzeitig verbindlich ausdrücken können, so dass Ihr Gegenüber sein Gesicht wahren kann? Wünschen Sie sich, schneller auf den wirklichen Kern einer Auseinandersetzung und zu einer Einigung mit Ihren Gesprächspartnern zu kommen, bei der beide Seiten gewinnen? - Dann sind Sie in diesem Seminar richtig.

#### **Veranstaltungsinhalt im Überblick**

---

Eine Kommunikation auf Augenhöhe, die die Anliegen beider Seiten ehrlich berücksichtigt und langfristig zufriedenstellende Lösungen anvisiert, das bietet die „Gewaltfreie Kommunikation“ nach Marshall Rosenberg. Sie wird weltweit auch in Krisengebieten eingesetzt und bietet für den Beruf vielfältige, kreative Ansätze und öffnet Türen in herausfordernden Situationen. In diesem Seminar erleben Sie einen ersten „Geschmack“ dieser Kommunikationsform und nehmen sofort anwendbare Ergebnisse mit nach Hause. Für eigene Beispiele erhalten Sie Anregungen, die Ihnen mehr Klarheit, Verständnis und Fokus bringen. Um diese Schwerpunkte wird es gehen:

- Kennenlernen der Gewaltfreien Kommunikation (GFK): die vier Schritte erklärt und praktisch angewandt
- Die drei Grundprozesse: Selbstklärung, Aufrichtiges Mitteilen, Zuhören identifizieren
- Anwendungsbereiche: u.a. Umgang mit Ärger, Wertschätzung und Feedback mit GFK

#### **Veranstalter**

---

IHK Akademie München und Oberbayern gGmbH

## Termin

### Datum

23.09.2024 - 24.09.2024

### Ort

Westerham bei München

### Dauer

2 Tage

### Termininformationen

jeweils von 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Montag 23.09.2024

Dienstag 24.09.2024

## Übernachtung in Westerham



[Weitere Infos finden Sie hier](#)

## Veranstaltungsinhalt im Detail

Sie erleben neben informativen Impulsen diese wertschätzende und konstruktive Form der Kommunikation live.

Der Dreh- und Angelpunkt dieses Modells ist es, Worte nicht persönlich zu nehmen, sondern wertschätzend die dahinter liegenden Anliegen zu erkennen - sowohl beim Gegenüber, als auch bei sich selbst. So kommen die tatsächlichen Kernpunkte einer Auseinandersetzung in den Fokus. Das entspannt Beziehungen sofort, bewirkt gegenseitige Achtung und erleichtert die Suche nach Lösungen, die beide Seiten zufrieden stellen. Diese konkreten Strategien lassen sich erstaunlich schnell finden, sobald sich jede Seite in ihrem Anliegen gehört und verstanden fühlt. Wie das geht, können Sie in diesem Seminar herausfinden.

Einführung in die vier Schritte der „Gewaltfreie Kommunikation“:

- Die Kunst, Beobachtungen von Bewertungen zu unterscheiden
- Angenehme und unangenehme Gefühle wahrnehmen und benennen
- Unter den Worten befindliche Anliegen (Bedürfnisse, Werte) erkennen
- Strategien formulieren und um freiwillige Erfüllung bitten (statt Forderungen in den Raum zu stellen)

Anwendung:

- Gesprächsblockaden erkennen
  - Sich auf Gesprächspartner wirklich einlassen und tiefer zuhören
  - Anliegen vorwurfsfrei äußern und damit den Erfolg steuern
  - Eigene Irritation konstruktiv umwandeln
  - Gespräche wirksam führen
  - Konstruktiv und auf Augenhöhe Feedback geben
  - Durch ehrliche Anerkennung Geschäftsbeziehungen stärken
- Eine reiche Abwechslung von Impulsen, Reflektion im Plenum, Vertiefung in Kleingruppen, schriftlicher Einzelarbeit, einfachen Rollenspiel-Experimenten und individueller Fallbeschäftigung machen diesen Workshop lebendig und alltagsrelevant. Der Austausch mit Teilnehmern aus anderen Unternehmen bereichert den eigenen Blick auf herausfordernde Gesprächssituationen. Der professionelle Blickwinkel der Gewaltfreien Kommunikation, das Verständnis und die Ideen der anderen garantieren, dass Sie für Ihre kniffligen Alltagssituationen neue Perspektiven und konkrete Handlungsideen mit nach Hause nehmen. Jeder darf, keiner muss. Freiwilligkeit bei allen Angeboten ist mir als Trainerin eine hohe Priorität. Sie entscheiden selbst, was für Sie relevant und stimmig ist.

## Methoden

Der Schwerpunkt liegt auf der Praxis (Fallbeispiele, Arbeitsblätter, Rollengespräche, spielerische Übungen), da dies meiner Erfahrung nach für den Transfer in den Alltag am hilfreichsten ist. Theorie behandeln wir nur soviel, wie es zum Verständnis der Methodik und der praktischen Umsetzung dienlich ist. Viel Raum für die Anliegen der Teilnehmer/-innen.

## Gesamtsumme

---

1.090,00 €

### Preisinformationen

Im Seminarpreis sind enthalten:

- 3-Gänge-Mittagessen mit Salatbuffet inkl. Getränke
- Tagungsgetränke im Seminarraum
- Kaffee, Tee, Erfrischungsgetränke und Snacks in den Pausen

inkl. Seminarunterlagen und Teilnahmebescheinigung

## IHK Akademie Westerham

---

Von-Andrian-Straße 5  
83620 Westerham bei München



## Kontakt

---

## Fragen zur Anmeldung



**Jaqueline Sigl**

+49 89 5116 5514

[Sigl@ihk-akademie-muenchen.de](mailto:Sigl@ihk-akademie-muenchen.de)

## Beratung



**Daniela Schneewind**

+49 89 5116 5554

[Schneewind@ihk-akademie-muenchen.de](mailto:Schneewind@ihk-akademie-muenchen.de)