

Führung, Persönlichkeit und Gesundheit

Sie befinden sich hier:

Fortbildung

Führung, Kommunikation und Gesundheit

ABGESAGT: „Ich dreh‘ gleich durch“ - Gelassen und authentisch kommunizieren in Stresssituationen

Termin

22.06.-23.06.2021

Weitere Termine siehe unten!

Referent

Peter Edwin Brandt

WEITERE INFORMATIONEN

Seminarnummer

213-09

Kursgebühr

550,00 €

Wenn wir unter Stress stehen, uns unter Druck gesetzt fühlen oder uns in Konfliktsituationen befinden, dann funktioniert die Kommunikation mit anderen Menschen oft nicht wie sonst, sondern unterliegt anderen Gesetzen. Missverständnisse, Ärger, Wut und Frustration führen leicht zu einer Eskalation des Geschehens. Insbesondere als Führungskraft stehen Sie im Spannungsfeld zwischen Ihrer Führungsrolle und der Authentizität als Mensch - hier gilt es, einen stimmigen Weg zu finden, selbst gelassen und souverän zu bleiben und einen Ausweg aus kommunikativen Sackgassen zu finden.

- Kommunikation in Stresssituationen
- Die emotionale Seite des Gehirns und warum mir manchmal nichts einfällt
- Typische Kommunikationsmuster unter Stress und Störfaktoren
- Eigene Reaktionsmuster entdecken und verstehen
- Alternative Strategien für eine gute Selbststeuerung entwickeln
- Umgang mit eigenen Emotionen und denen unserer Mitmenschen
- Gelassen, souverän und trotzdem authentisch - wie geht das?
- Deeskalationsstrategien authentisch einsetzen

Ziele:

In diesem praxisorientierten Seminar reflektieren Sie eigene Verhaltensmuster in Stresssituationen wie auch die typischen Reaktionsmuster Ihrer Mitarbeitenden. Vor diesem Hintergrund entwickeln Sie alternative, konstruktivere und authentische Reaktionsmöglichkeiten.

Methoden:

Kurzimpuls, Selbstreflexion, Austausch in Kleingruppen und Plenum, Übungen

Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte und solche, die es werden wollen

Maximale Teilnehmerzahl

14

Termine / Folgeseminare

1. Tag: 10.00-18.00 Uhr

2. Tag: 9.00-17.00 Uhr

Der Seminartermin ist coronabedingt abgesagt.

Referent



Peter Edwin Brandt

Selbständiger Unternehmensberater
für Personalentwicklung, Coach,
Trainer, Dozent und Moderator

Sie haben Fragen?



Inga Weise

Bildungsreferentin

Telefon: 06222 55-2752

inga.weise@akademie-im-park.de

