

## **Sprachlos sein, das muss nicht sein!**

Stellen Sie fest, dass Ihnen die Worte fehlen, wenn es z.B. im Mitarbeitergespräch um Ihre Fähigkeiten und Leistungen geht? Schweigen Sie und ziehen Sie sich still zurück, wenn es Zeit wäre, sich zu äussern? Ärgern Sie sich über Unstimmigkeiten und können nicht angemessen reagieren? Veränderungen stehen an, und Sie wollen sich dazu äussern und einen Vorschlag unterbreiten?

Dieses Seminar richtet sich an Alle, die „die richtigen Worte finden“ wollen. Gewinnen Sie Gesprächskompetenz und dadurch mehr Sicherheit und Akzeptanz. Insbesondere Frauen werden durch diese Qualitäten gestärkt. Werden Sie zur Selbstentwicklerin / zum Selbstentwickler, und nehmen Sie Ihre Position als Mitunternehmerin / Mitunternehmer wahr.

### **Ziele**

Die Teilnehmenden

- entwickeln ihre eigene Ausdrucksform im Gespräch
- wissen, wie hilfreich und wichtig die Gesprächsvorbereitung ist
- lernen ihre Stärken und Bedürfnisse kennen und diese angemessen zu kommunizieren
- gewinnen neue Selbstsicherheit
- erkennen, welche Ausdrucksform zu Ihnen passt
- kennen die grundlegenden Kommunikationsregeln und wissen, wie sie anzuwenden sind
- lernen, ihren Verhandlungsspielraum zu nutzen
- kennen die Regeln für ein respektvolles Feedback

### **Methodik**

Kurzreferate

Reflexion und Transferarbeit

Einbezug der Erfahrungen der Teilnehmenden

Praktische Übungen

Spielpädagogische Interventionen

### **Gruppengrösse**

10 bis 18 Personen

### **Leitung**

Marlies Keist, Luzern; Beraterin für Arbeitswelt, Personal- und Organisationsfachfrau, Betriebsausbilderin und Coach

Martin Herzberg, SPIELBAR® Anwil BL; Teamcoach, Kommunikationsberater und Spielpädagoge

### **Daten**

Nach Vereinbarung (auch Samstage möglich)

### **Zeiten**

Tagesseminar: 08.30 h bis 12.30 h und 13.30 h bis 16.30 h (7 Std.)

Verkürztes Tagesseminar: 08.30 h bis 12.00 h und 13.00 h bis 15.00 h (5.5 Std.)

Im Ganztagesseminar werden die Seminarinhalte vertieft und umfassender trainiert

### **Ort**

Nach Vereinbarung. Wird durch Institution organisiert

### **Investition**

Fr. 2000.- / Tag und Gruppe