



Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung

## EAG- Zertifikatskurs „KommunikationstrainerIn KOMPAKT“

Kommunikation ist komplex und zieht sich durch alle Ebenen im Unternehmen. Die einen sagen, was sie denken – und merken gar nicht, wie sie Mitarbeiter, Kunden oder Geschäftspartner damit verprellen. Die anderen sind vermeintlich effizient auf den Punkt, sorgen aber nur für Fragezeichen. Von den vielen Missverständnissen, die täglich entstehen und unnötig Kosten fressen, braucht man gar nicht zu reden. In diesem Zertifikatslehrgang lernen Sie wirksame Kommunikationsmodelle und professionelle Gesprächstechniken kennen. Das Handwerkszeug wird dabei ergänzt durch das Menschelnde in der Gesprächsführung: Unterschiedliche Kommunikationstemperamente, Authentizität und Rollenklärung, individuelle Werte und Bedürfnisse werden ebenfalls Inhalt dieses Kompakttrainings sein.

Die schöne Natur des Bergischen Landes lädt dazu ein, viele dieser Inhalte draußen zu erarbeiten und zu vertiefen.

Sie erhalten das Zertifikat: KommunikationstrainerIn KOMPAKT

**Termin: 4. bis 8. März 2019**

**Leitung:** Gabi Brede

Wirtschaftspsychologin, Trainerin für Kommunikation und Präsentation



Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung

**Zeiten:** Gliederung und Verteilung der Unterrichtseinheiten (UE)

Tag / Zeit	Thema	UE
<b>Montag</b>		
<b>15.30 - 17.00</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Ankommen: Begrüßung</li> <li>⊙ Überblick über Ziele und Inhalte des Bildungsurlaubs und Abgleich mit den Erwartungen der Teilnehmer. Bedürfnisse und Wünsche der Arbeitsgruppe.</li> <li>⊙ Vorstellungsrunde</li> <li>⊙ Input: Die drei M's des Kommunikationshandwerks: Mensch, Methoden, Modelle</li> </ul>	2
<b>17.15 - 18.45</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Selbstklärung: Individuelle Kommunikationstemperature, Klarheit und Stimmigkeit in der Kommunikation</li> </ul>	2
<b>20.00 - 21.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Fortsetzung Selbstklärung: Das eigene Kommunikationsverhalten – Reflexion, Rollenklärung, individuelles Wertequadrat</li> <li>⊙ Transfer in den beruflichen und privaten Alltag</li> </ul>	2
<b>Dienstag</b>		
<b>09.00 - 10.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Ankommen in den Tag: Stimmübungen, Atemtechnik</li> <li>⊙ Input 4-Ohren-Modell und Anwendung des Modells</li> </ul>	2
<b>11.00 - 12.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Erlebnisaktivierende Übungen zum 4-Ohren-Modell. Fallbeispiele</li> </ul>	2
<b>14.30 - 17.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ 4-Ohren-Modell: Anwendungsmöglichkeiten für die Praxis (unterschiedliche Kontexte)</li> <li>⊙ Wie man mit Hilfe des Modells raus kommt aus dem Teufelskreis misslingender Kommunikation</li> <li>⊙ Aktives Zuhören. Fragetechniken.</li> </ul>	4
<b>20.00 - 21.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Praxisübungen: Was höre ich? Was sage ich?</li> <li>⊙ Transfer in den beruflichen und privaten Alltag</li> </ul>	2



Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung

<b>Mittwoch</b>		
<b>09.00 - 10.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Für Schwung und Motivation: Yoga- und Achtsamkeitsübungen am See</li> <li>⊙ Schwierige Gesprächssituationen: Wie, wo wann. Brainstorming</li> </ul>	2
<b>11.00 - 12.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Schwierige Gesprächssituationen steuern.</li> <li>⊙ Deeskalierende Kommunikation.</li> </ul>	2
<b>14.30 - 17.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Fortsetzung und Vertiefung: Deeskalation in Gesprächen, aktives Zuhören und Fragetechniken</li> <li>⊙ Kommunikation und Bewegung: raus aus den gewohnten Bahnen. Mit dem Gesprächspartner gehen, nicht gegen ihn.</li> <li>⊙ Erlebnisaktivierende Übungen. Bedeutung für die berufliche Praxis</li> </ul>	4
<b>20.00 - 21.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Transfer in den beruflichen und privaten Alltag</li> <li>⊙ Achtsamkeitsübungen zum Ausklang des Tages</li> </ul>	2
<b>Donnerstag</b>		
<b>09.00-10.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Der Morgen am See: Die Sinne schärfen für die Stimmen ringsum und in einem selbst</li> <li>⊙ Hör mal, wer da spricht: Das innere Team</li> <li>⊙ Die unterschiedlich starken Stimmen in uns: Reflexion und Austausch</li> </ul>	2
<b>11.00-12.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Individuelle Arbeit mit dem inneren Team. Austausch in Kleingruppen</li> </ul>	2
<b>14.30 - 17.30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ Persönlichkeit, Körpersprache und Rhetorik: Der Dreiklang in der Kommunikation</li> <li>⊙ Transfer in den beruflichen und privaten Alltag</li> </ul>	4



Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung

<b>Freitag</b>		
<b>08.30 - 10.00</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⦿ Verbindungen und Verknüpfungen zwischen den kennengelernten Theorien</li> <li>⦿ Methoden und Modelle für den eigenen professionellen Kommunikationsstil</li> <li>⦿ Wenn-dann-Pläne erstellen</li> </ul>	2
<b>10.00 - 13.00</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⦿ Los geht's: Umsetzungspläne schmieden und ausarbeiten. Transfer in den Alltag. Möglichkeiten der Vermittlung ausloten.</li> <li>⦿ Feedback, Verabschiedung, Formelles</li> </ul>	4
Summe Stunden		40

Programmänderungen vorbehalten



Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung

### **Seminarziele:**

- ⊙ Das Kommunikationshandwerk aus Methoden, Modellen und individuellen Kommunikationstemperamenten kennenlernen und praktisch anwenden.
- ⊙ Das eigene Kommunikationsverhalten reflektieren
- ⊙ Verstehen, dass Reden und Zuhören auf vier Ebenen stattfindet
- ⊙ Aktives Zuhören als Brücke zum Gegenüber erfahren
- ⊙ Deeskalierende Gesprächstechniken kennen lernen
- ⊙ Die Stimmen und Gespräche in mir: Selbstklärung mit Hilfe des inneren Teams
- ⊙ Den Dreiklang aus Persönlichkeit, Körpersprache und Rhetorik erfahren
- ⊙ Den eigenen Kommunikationsstil professionalisieren
- ⊙ Möglichkeiten für die Vermittlung der Methoden und Modelle erarbeiten

**Stundenplan:** Die verschiedenen Aspekte und Themen lassen sich in keinen starren didaktischen Rahmen einordnen. In der Praxis entwickeln und entfalten sich die Lerninhalte an dem situativ entstehenden Lernprozess.

**Zielgruppe:** Unser Bildungsurlaubsangebot richtet sich berufsgruppenunspezifisch an alle interessierten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer.

Im Besonderen richtet sich diese Weiterbildung um folgende Zielgruppen:

- Arbeitnehmer/innen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen.
- Arbeitnehmer/innen aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen.

**Veröffentlichungen:** Internet: [www.eag-fpi.com](http://www.eag-fpi.com) und Jahresprogramm EAG (gedruckte Broschüre), [www.bildungsurlaub.de](http://www.bildungsurlaub.de)