# „Wertschätzende Kommunikation“

*Ein Seminartraining für Unternehmer, Führungskräfte und alle die ahnen welche Kraft in Kommunikation steckt..*

**Wir bieten Ihnen ein dreimonatiges Intensiv-Training, verbunden mit persönlichem Coaching**

**Start: Dienstag, 13. April 2010**

**Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!**

## Warum ein dreimonatiges Telefonseminar?

Vielleicht haben Sie auch schon erlebt, dass es herausfordernd ist, die Erfahrungen und das Wissen aus Seminaren in den Alltag zu bringen. Anders in einem dreimonatigem Telefonseminar. Es ist begleitender Teil Ihres Lebens. Sie können üben, immer wieder reflektieren und Fragen stellen. Ihre besonderen Herausforderungen und Anliegen besprechen Sie mit Ihrem persönlichen Coach. Sie genießen kontinuierliche Unterstützung in einer Gruppe von Gleichgesinnten und integrieren das Gelernte sicher in Ihr Leben.

**Zum Inhalt:**

Bitte nehmen Sie sich einen Augeblick Zeit und schätzen die Qualität Ihrer privaten und beruflichen Beziehungen ein. Ok? ... Nun stellen Sie sich vor, dass ein Wunder geschehen würde – Ihre Beziehungen wären geprägt von Kraft, Wertschätzung, Vertrauen und Liebe. Wie würde Ihr Leben, Ihr Unternehmen, Ihr Alltag aussehen?
Um den Schlüssel zu dieser Lebensqualität geht es in unserem Seminar „Wertschätzende Kommunikation“.

„Worte sind Fenster oder Mauern ...“

Wertschätzende Kommunikation basiert auf einer Haltung mit der wir immer wieder zu einer wertschätzenden Einstellung zu uns selbst und anderen gelangen. Wir richten unsern Fokus auf Bedürfnisse und Gefühle die zu Handlungen führen. Mit dem Verständnis füreinander können potentielle Konflikte in friedliche und zielführende Gespräche verwandelt werden.

Konkret werden Sie im Seminar drei kraftvolle Ansätze wertschätzender Kommunikation vertiefen und trainieren.

1. Aktives Zuhören ist so was wie eine Basis für gute Kommunikation. Die positive Wirkung lässt sich besonders da erkennen, wo häufig „schlechte Stimmung“ ist. Sie erarbeiten sich die Fähigkeit, Andere zu unterstützen, den Kern ihres Themas konkret zu formulieren. Sie lernen auf das einzugehen, was Ihr Gesprächspartner zwischen den Zeilen zum Ausdruck bringt und bewirken dadurch Entspannung und Verständnis.
2. Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg: Dieser Ansatz eröffnet die Fähigkeit, sich anderen so mitzuteilen, dass diese Ihr Anliegen verstehen. Dadurch wächst die Chance, dass andere Ihren Bitten nachkommen um ein vielfaches. Es finden sich Lösungen, bei denen die Bedürfnisse aller Berücksichtigung finden
3. „The Work“ nach Byron Katie: Manchmal sind Lebensumstände schwer zu ertragen, besonders bei Themen wie Trennung, Tod, Arbeit, Geld... . The Work ist eine kraftvolle Art der Selbstbefragung, mit der stress- und leidenerzeugende Gedanken identifiziert und überprüft werden. Dieser Ansatz unterstützt uns, Entwicklungschancen in herausfordernden Lebensumständen zu erkennen.

## Wie funktioniert ein dreimonatiges Telefonseminar“?

Wir treffen uns mit einer Gruppe von 5 – 9 Teilnehmenden in einem Telefon-Konferenzraum. In einem moderierten Prozess sind alle Anwesenden wertschätzend und lebendig miteinander im Gespräch. Schnell entsteht ein Vertrauensraum in dem alle voneinander und miteinander lernen. Im Wochenrhythmus bieten wir Ihnen methodische Inputs und Gelegenheiten zum Training. In einem Einzelcoaching pro Monat haben Ihre individuellen Anliegen zusätzlichen Raum. Durch Ihre Freiheit in Bezug auf Trainingseinheiten, Übungsvorschläge und Kontaktmöglichkeiten zu anderen Teilnehmenden, bestimmen Sie die Intensität Ihres Trainings selbst.

Teilnahmeunterlagen und die Zugangsdaten bekommen Sie vorab per Mail. Zu den vereinbarten Zeiten wählen Sie sich in eine Telefonkonferenz ein und sind gleich mit den Trainern und allen anderen Teilnehmenden verbunden.

Der Starttermin (Dauer 3 Stunden) ist am Dienstag den 13. April 2010 um 14:00 Uhr. Alle weiteren Termine (Dauer ca. 1,5 bis 3 Stunden ) werden gemeinsam abgestimmt.

## „Ein Seminar am Telefon, wie kann ich mir das vorstellen?“

Stellen Sie sich ein lebendiges Seminar vor, mit Impulsvorträgen, Partnerübungen, Trainingseinheiten, Pausen und Erfahrungsaustausch. Die kreative Gestaltung ermöglicht Entspannung und Intensität gleichzeitig. Sie lernen, haben Freude und eine Menge Einsichten.

Sie sind unsicher, ob ein solches Seminar für Sie geeignet ist? Dann kommen Sie doch einfach auf eines unserer monatlich stattfindenden, 90minütigen offenen Telefonseminare (siehe unsere Webseite unter aktuelles). So lernen Sie uns kennen und erfahren, ob Ihnen unsere Arbeitsweise zusagt.

## Vorteile dieser Arbeitsweise:

- Es ist effizient und kostengünstig, denn es fallen keine Fahrtwege und Zeiten an.
- Von jedem Ort der Welt ermöglicht das Telefon eine bequeme Teilnahme.
- Sie können es sich auf Ihrem Sofa, beim Waldspaziergang oder in Ihrem Büro gemütlich machen und entspannen. Sie entscheiden, wo oder wie Sie am Besten lernen.
- Sie verlieren keinen Arbeitstag und können die Seminarzeiten leicht in Ihren Tagesablauf integrieren.
- Sie erleben überregionale Vernetzung und Austausch mit Gleichgesinnten in einer intensiven Weiterbildung.
- Selbst wenn Sie mal verhindert sind, können Sie bei einer Autofahrt oder am Wochenende das Seminar in Ruhe per MP3 nachhören (die Erlaubnis aller Teilnehmer vorausgesetzt).

## Was kostet das?

Selbstzahler: 250,- Euro zzgl. MwSt. monatlich, bzw. 750,- Euro zzgl. MwSt. Gesamtpreis.
Unternehmen: 350,- Euro zzgl. MwSt. monatlich, bzw. 1050,- Euro zzgl. MwSt. Gesamtpreis.

Durchgeführt wird das Training von Dorothee Bornath und Stephan Josef Dick. Mehr über uns finden Sie auf unserer Webseite www.das-Trainingsjahr.de.

**Sprechen Sie uns an!**

Dorothee Bornath
Tel: 033849-90523
bornath@das-Trainingsjahr.de

Stephan Josef Dick
Tel: 09229-9569
dick@das-Trainingsjahr.de