

**WENN DER KOLLEGE NICHT WÄRE,  
WÜRDEN DER JOB RICHTIG SPASS MACHEN.**

## **ENTSPANNTER UMGANG MIT SCHWIERIGEN ARBEITSKOLLEGEN**

Das Arbeitsumfeld birgt immer auch ein enormes Konfliktpotenzial. Unterschiedliche Kommunikationstypen, verschiedene Standpunkte, eine hitzige Diskussion, ein paar unbedachte Wörter und das Gesprächsklima ist nachhaltig belastet. Erfahren Sie in diesem Workshop, wie Sie mit Kommunikation und Selbsterkenntnis entspannt mit schwierigen Situationen umgehen können.

### **Inhalte**

- Kommunikation und ihre Tücken
- Wie entstehen Fehlinterpretationen und Missverständnisse in der Kommunikation
- Kommunikationstypen – welche Kommunikation verwendet mein Gegenüber
- Wie formuliere ich schwierige und unangenehme Themen
- Jede Situation hat auch immer etwas mit mir zu tun – nur was
- Wie kann ich meinen Stress, meine Aggression und negativen Gefühle in Gelassenheit umwandeln

### **Zielgruppe**

- Alle Personen, die im Berufsalltag durch mehr Gelassenheit punkten möchten

### **Gruppengröße**

- 1 bis max. 12 TeilnehmerInnen

### **Dauer**

- 1 Tag
- gerne führe ich das Training auch in 2 4-Stunden-Blöcke durch

### **Trainingsort**

- wird von Ihnen festgelegt

Kontaktieren Sie mich einfach unter [office@advanced-business.eu](mailto:office@advanced-business.eu) oder 0676/ 888 42 888 für ein unverbindliches Erstgespräch.