

Mit Dir zu reden ist sinnlos!?

Was tun bei Konflikten

Workshop, 03.-05. November 2017, Basel

In diesem Workshop wollen wir:

- die Grundlagen der Vorbeugung und Lösung von Konflikten kennenlernen
- den Umgang mit starken Gefühlen – wie Ärger, Ängste, Wut – üben
- den Ansatz an Beispielen aus dem eigenen Alltag ausprobieren

In unserem Alltag steckt jede Menge Konfliktpotential. Wenn man zusammenarbeitet, unter einem Dach lebt oder eine enge emotionale Beziehung pflegt, sind Streitpunkte oder offene Konflikte oft schwierig zu klären. Frust macht sich bei den Beteiligten breit und keiner hat mehr Lust, das Thema wieder und wieder anzusprechen – es ändert sich ja doch nichts.

In diesem dreitägigen Seminar machen wir Sie mit Kommunikationstechniken zur Vorbeugung und Lösung von Konflikten vertraut. In einer Mischung aus Theorie und viel Übungszeit lernen Sie anhand eigener Beispiele, Ihre eigenen Bedürfnisse in Konflikten zu kommunizieren und gleichzeitig eine wertschätzende und wohlwollende Verbindung mit dem Anderen zu haben. Wenn wir uns auf die Perspektive des Gegenübers einlassen und unsere eigenen Bedürfnisse dabei im Auge behalten und ausdrücken können, eröffnen sich auch in angespannten Konfliktsituationen zahlreiche, oft überraschende Wege für beide Seiten.

Seminarort

hotel bildungszentrum 21
Missionstrasse 21
Basel
www.bz21.ch

Seminarzeiten

Freitag 03.11.: 10 bis 18 Uhr
(1,5h Mittagspause)
Samstag 04.11.: 9 bis 17 Uhr
Sonntag 05.11.: 9 bis 16:30 Uhr

Die Gruppe von maximal 20 TeilnehmerInnen wird von 2 Trainerinnen betreut, so dass alle Zeit und Raum für praktische Übungen haben.

Kosten: 480 CHF pro Person, Pausengetränke werden gestellt, Übernachtungen und Mahlzeiten sind nicht inkludiert.

Wir freuen uns über Ihre Anmeldung:

bieda-coaching@gmx.com

+41 79 5938535

Der Workshop wird veranstaltet und geleitet von:



Eva Maria Bieda – Mediator, Executive Coach

hat 30 Jahre für international tätige FTSE 100 / DAX-Unternehmen gearbeitet. Nach Studien der Kommunikation in Köln und Angewandter Psychologie arbeitet sie heute als Coach und Beraterin für eine grosse Pharma Firma, Einzelpersonen und Teams.



Kerstin Engel – Agentur für Handlungsfähigkeit

ist fasziniert davon, wie unterschiedlich Menschen sind und interessierte sich schon immer dafür, wie sie sich gegenseitig verstehen und miteinander verständigen können. Mit der „Gewaltfreien Kommunikation“ fand sie sowohl befriedigende Antworten als auch anwendbare Methoden, die ihr Leben bereichern. Als Trainerin begeistert es sie, diese Erfahrungen weiterzugeben.