



Themenüberblick

Seminar-Angebote

„Wir können unser Leben wundervoll oder leidvoll für uns und für andere machen, je nachdem wie wir denken und kommunizieren.“

M. Rosenberg

Alle Workshops beruhen auf Erkenntnissen der Neurobiologie, der Gewaltfreien Kommunikation und der Trauma- und Glücksforschung.

Seminar-Umfang: nach Absprache
Online-Training möglich.

- Konstruktives **Konfliktmanagement** - In Konflikten vermitteln - Konflikt-Klärung im Stellvertreterdialog - Begegnungen fördern mit Empathie & Aufrichtigkeit
- Der Tanz auf dem Vulkan - Umgang mit **Wut & Ärger** - **Schuld und Scham** - **Gewalt** in Worten und zwischen den Zeilen
- Empathie als Schlüssel zur Lösung von Konflikten - Leben in Verbindung und **Mitgefühl**
- **Stressbewältigung** und **Burn out-Prävention** - Im Spannungsfeld zwischen Rolle, Wünschen und (Selbst-)Anforderungen
- Führen von **Beratungsgesprächen** - Ziele setzen und verfolgen - Das erfolgreiche **Bewerbungsgespräch**
- Das Innere **Familiensystem** - Persönlichkeitsentfaltung mit dem inneren Team
- **Glaubenssätze** erkennen und auflösen
- **Elterngespräche** - Gespräche zwischen Eltern und Kind - Umgang mit **Widerstand** - Vom **Trotzalter bis zur Pubertät**
- **Pädagoge?** Kommunikation im Spannungsfeld zwischen Rolle & Wirklichkeit - Emotionale Sicherheit und Lernen - **Lernatmosphäre** positiv gestalten
- **Achtsame Kommunikation** in der Gruppe - Die gelungene **Teambesprechung** - **Teamentwicklung** mit Gewaltfreier Kommunikation
- Kommunikation in der **Pflege** - Im Angesicht des **Todes**
- AKTUELL: **Resilienz** durch Bedürfnisbewusstsein - Unterstützung und Kraft in Zeiten der **Krise**
- Grundlagen der **Kommunikation und Rhetorik** - **Moderations-** und **Präsentationstechniken**
- Kommunikation verstehen und Sprache bewusst verwenden - **Denk-** und **Sprachmuster** erkennen und verändern - **Achtsamkeit** und Kommunikation
- **Wertschätzende Kommunikation** - Brücken bauen zwischen Menschen - Gewaltfreie Kommunikation - Verstehen und verstanden werden
- **Soziale Kompetenz** und wirksame Kommunikation - **Persönlichkeitsentwicklung** & Sprache
- **Selbstepathie** als Weg zur Selbsterkenntnis - **Selbstwerttraining** - **Selbstvertrauen** und Selbstwert - Der gelungene Umgang mit sich selbst - Einfühlsame **Selbstführung**