

Seminar (S5) «Gespräche leiten»

Orientierung im Dialog.

Verlierst du in Gesprächen manchmal die Orientierung und Führung? Weisst du manchmal nicht, auf welche Themen des Gegenübers du eingehen sollst und wie du wieder zurück zu deinem Hauptanliegen kommst? In diesem Seminar lernst du verschiedene Strategien kennen, um in Gesprächen die Orientierung und Führung zu behalten. Du lernst, deine Strategien der Gesprächsführung zu kombinieren: Die Regulationen deiner eigenen Emotionen, die Unterstützung anderer Personen bei der Regulation ihrer eigenen Emotionen sowie das Schaffen von Klarheit und Übersicht für alle Beteiligten.

Nach diesem Seminar:

- Weisst du, worauf es bei der Vorbereitung von Gesprächen ankommt.
- Kennst du Strategien, um in Gesprächen die Orientierung und die Übersicht zu behalten.
- Kennst du verschiedene Phasen eines Gesprächs und weisst du, worauf es in diesen besonders ankommt.
- Hast du ein Gespräch vorbereitet und Teile davon ausprobiert.

INHALTE SEMINAR

Im ersten Teil des Seminars frischen wir kurz auf die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation, die Regulation, die Emotionsregulation sowie Strategien zur Abgrenzung und Deeskalation auf. Du lernst die verschiedenen Phasen von Gesprächen kennen und was in jeder Phase wichtig ist - von der Vorbereitung über die Durchführung bis zur Auswertung und dem Umgang mit Massnahmen und Vereinbarungen.

Im zweiten Teil lernst du verschiedene Strategien kennen: Einige werden dir dabei helfen, das Gespräch zu strukturieren, während andere dabei helfen, die Orientierung zu behalten. Du bereitest ein herausforderndes Gespräch in allen Aspekten vor und tauschst dich mit anderen Teilnehmenden darüber aus.

Im dritten und letzten Teil schliesslich kannst du einzelne Teile des Gesprächs durchführen. Dabei erhältst du wertvolle Rückmeldungen dazu, was von deinen Vorbereitungen umsetzbar ist, was dir in Gesprächen schon gelingt und was du allenfalls anders machen möchtest.

Dieses Seminar ist das richtige für dich, wenn:

Du Führungsperson bist und bereits die Seminare S1 und S2 «Einführung in die Gesprächsführung» oder ein anderes, zweitägiges Seminar zur Gewaltfreien Kommunikation besucht hast.

Zeit: 09.00 - 12.00 Uhr und 13.15 - 16.45 Uhr

Teilnehmer:innen: Maximal 10

Kursort: Solothurn