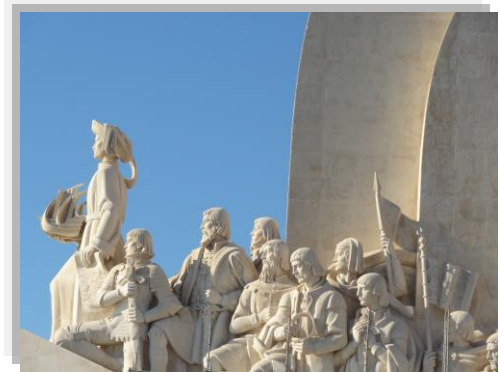


16. Juni 2018

Konstruktiv- humorvoller Umgang mit Kränkungen

Wie verbale Attacken keine
blauen Flecken auf der Seele
hinterlassen



Dieses Seminar zeigt Ihnen auf, welche Verhaltensweisen aus dem Drücken Ihrer „Roten Knöpfe“ resultieren (Fight-Flight-Freeze), in welche Gefühlslagen und körperliche Folgesymptome Sie rutschen können und wie Sie wieder in Ihren Resilienz- Zustand kommen.

„Denn jede Krankheit ist eine Kette von Kränkungen!“ (Bernd Nietsche)

Durch die Arbeit mit lösungsorientierten Coaching- Tools, Mental- und Imaginationsübungen wird Ihr Selbstwertgefühl gestärkt, Sie können Verbale-Attacken-Situationen souveräner meistern und lernen Abgrenzungstechniken wie die Aktivierung Ihres „Inneren airbags“ um sich vor Kränkungen zu schützen. Auch das Hineinspüren in die Rolle des Gegenübers wird thematisiert.

Ziele:

- ✓ Sie erweitern Ihr Methodenrepertoire durch einfache Coaching-Tools und erhöhen dadurch die persönliche Weiter- und Ressourcenentwicklung
- ✓ Sie lernen, wie Sie Ihre Handlungs- und Veränderungskompetenz erhöhen und dadurch souveräne Lösungswege im (Praxis-)alltag beschreiten.
- ✓ Sie bekommen DIE 7 Fragen, mit denen Sie jedes Gespräch erfolgreich zur Lösung bringen.
- ✓ Sie trainieren kreative Konfliktlösungstools.
- ✓ Sie erfahren, wie Sie durch Visualisierungen einer „intellektuellen Verstopfung“ entgegenwirken.

Inhalte:

- ✓ Stärken- und selbstwertorientierte Coaching-Interventionen
- ✓ Entscheidungsfindung: Erfolgreiche Out-of-the-box-Strategien
- ✓ Selbstbestimmung: Von der Löffelliste bis zum Sterbebett
- ✓ Didaktischer Trumpf: Visualisierungen und Fantasiereisen
- ✓ Assoziative Bildarbeit bei Veränderungswünschen

Methodik:

- ✓ Demonstrationen
- ✓ Praxisorientierte Anleitung
- ✓ Üben in Kleingruppen
- ✓ Reflexion

Zielgruppe:

BeraterInnen und Coaches, die ihr methodisches Repertoire erweitern wollen

Trainerin & Termin:

Dipl. Päd. Doris Jäger

16. Juni 2018

Seminarzeiten:

Sa: 09:00 – 12:30 und 14:00 – 17:00

Ort, Kosten & Durchführung:

Innsbruck, Südtiroler Platz 4

Maximale Teilnehmerzahl: 16 Personen

Kosten: € 160 zzgl. MwSt.

Kontakt & Anmeldung:

Kompetenzzentrum Bildung & Training

Anmeldeschluss: 10. Juni 2018

Wildschönauer Straße 4

Email: office@kompetenzzentrum.cc

A-6300 Wörgl

Fon: +43 (0) 699-17059495

