

Umgang mit schwierigen Zeitgenossen

Vorwort

Wenn andere für uns schwierig werden, neigen wir dazu, Gespräche mit diesen Personen auf das absolut notwendige Maß zu beschränken. Doch dadurch wird jedes weitere Gespräch nur noch schwieriger. Um mit schwierigen Zeitgenossen richtig umzugehen, ist es wichtig, psychologische Ursachen und Wirkungen zu kennen, welche uns andere Menschen als schwierig erscheinen lassen. Je höher diese Kompetenz ist, umso effektiver kann ein Konflikt gemeistert werden und das Miteinander im Alltag wird besser. Mit Hilfe dieses Seminars erweitern Sie Ihren Handlungsspielraum im Umgang mit schwierigen Zeitgenossen.

Ziel

Die Teilnehmer kennen erfolgreiche Strategien im Umgang mit Problemtypen und setzen auf Humor, Gespür und Gelassenheit. In spezifischen Gesprächssituationen, Fallstudien und Rollenspiele lernen sie spielerisch praxisbewährte Kommunikationsmethoden und -techniken und hinterfragen ihr bisheriges Gesprächsverhalten.

Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte, sowie Mitarbeiter, die mit Menschen zu tun haben und zukünftig noch erfolgreicher mit 'schwierigen' Charakteren zusammenarbeiten wollen.

Inhalte

Was ist ein 'schwieriger Mensch' - Regeln für Vorgesetzte bzw. Kollegen

- Manipulatoren aushebeln (Der Dampfkessel, Ankläger und Moralapostel, der Besserwisser, der Ablenker, der sanfte Erpresser, der Killerphrasendrescher und viele mehr)
- Persönliche Standortbestimmung
- Entwicklung von Strategien für die persönliche Situation
- Emotionale Umweltverschmutzer stoppen (Menschen, die beleidigend, aggressiv, diskriminierend, sarkastisch handeln, der Umgang mit ihnen: Abgrenzung, Abwehr, Prävention)

Programm zur Stärkung der persönlichen Abwehrkraft

- Raus aus der Negativ-Sicht und der Resignationsfalle
- Hilfe beim Gut-Menschen-Syndrom
- Das Nein-Sagen, die klare Positionierung und Abgrenzung
- Strategien für den Umgang mit eigener und fremder Aggression
- Gelassenheit, Humor und die Lust am Spielen

build your future

build your career

- Hierarchien und Systeme für sich nutzen

Dauer

2 Tage