

Umgang mit aggressiven und emotional instabilen Bürgern – Schwierige Situationen meistern

Schwerpunkt: Der Eigenanteil im Konflikt als Lösungsansatz

Zielgruppe: Mitarbeiter/innen der Landratsämter

Kurzbeschreibung zum Seminar:

Ob Kollege/in, Kunde/in, Vorgesetzte/r – schwierige Mitmenschen kosten viel Zeit, damit dem Arbeitgeber Geld und dem/der Mitarbeiter/-in Nerven.

In diesem Seminar lernen Sie wirkungsvolle Strategien für den Umgang mit schwierigen Mitmenschen kennen, sodass sich Ihr alltäglicher Stresspegel reduziert.

Möglichkeiten, trotz äußerer Angriffe innerlich ruhig zu bleiben, werden aufgezeigt und mit Taktiken der Grenzsetzung kombiniert, sodass Sie für Angriffe und peinliche Momente gewappnet sind.

Seminarinhalt:

- Konflikte mit schwierigen Zeitgenossen bereits im Vorfeld erkennen
- Möglichkeiten, die Situation zu beherrschen
- Den Teufelskreis durchbrechen: Sich nicht auf das Niveau des Anderen begeben
- Meine unbewussten Botschaften
- Ihr Gegenüber spürt Ihre innere Stärke: Wirksam Grenzen setzen
- Souveräne Vorbildfunktion: Ihr Stil beeinflusst die Konfliktlösung
- Wie baut sich Stress schnell wieder ab?
- Auch nonverbal Stärke, Mut und Selbstsicherheit signalisieren
- Selbstreflexion: Wo ist mein eigener Anteil an der Situation?
- Schlagfertiges Reagieren
- Übungsmöglichkeiten des Gelernten im Alltag

Termin	Ort	Kosten
04.07.2022	Erfurt	Mitglieder: 15,00 € (Thüringer Landkreise) Nichtmitglieder: 50,00 €

Dozent/-in **Andreas Schareck**

Benötigte Arbeitsmittel:

Anmeldeschluss: Vier Wochen vor Seminarbeginn