

Lehrgang

Im April 2011 startet der wertvolle Lehrgang:
Gesunde Kommunikation



Gesunde Kommunikation

Ein gesundheitsorientierter Kommunikationsstil achtet darauf, dass wir wertschätzend miteinander umgehen, dass Konflikte angesprochen und einer Lösung zugeführt werden, dass aktiv zugehört wird und Bedürfnisse statt Anklagen formuliert werden. Ein gesundes Miteinander wirkt sich sofort auf die Stimmung und nachhaltig auf die Kultur im Unternehmen und die eigene Gesundheit aus.

- ✓ Für Sie persönlich bedeutet gesunde Kommunikation: **mehr Lebensqualität.**
- ✓ Für die Kultur in einem Unternehmen bedeutet gesunde Kommunikation nicht nur **mehr Spaß an der Arbeit,** sondern auch **weniger Krankenstände,** **mehr Produktivität** und **höhere Qualität.**

<i>Inhalte</i>	<i>Trainerinnen und Trainer</i>
<p>Modul 1 Ganz bei mir</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Kennen lernen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ✓ Reflexion des eigenen Kommunikationsstils ✓ Welche Werte leiten und prägen mich, welche herrschen im Unternehmen vor? ✓ Welche Glaubenssätze hindern mich an einer gesundheitsfördernden Kommunikation? ✓ Welche Stärken möchte ich ausbauen, welche Schwächen loswerden? ✓ Mein Selbstwertgefühl - meine Bedürfnisse - meine Motivation ✓ Meine innere Einstellung <p>Wissenstransfer:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Grundsätze der gesundheitsfördernden Kommunikation 1 <p>Coaching:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Tools zum Selbstcoaching 	<p>Mag.^a Andrea Krassnig Unternehmensberaterin, Wirtschaftstrainerin und Coach</p>
<p>Modul 2 Ganz bei meinem Gegenüber</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Die andere Person ‚sehen‘, wahrnehmen ✓ Aufmerksam sein - aktiv zuhören ✓ Emotionale Resonanz (Einspüren, wie geht's dem anderen) ✓ Versuchen, die Absicht und die Motive der anderen Person zu verstehen (Intuition) ✓ die unterschiedlichen Wirklichkeiten wahrnehmen ✓ Die Phasen der Wertschätzenden Kommunikation ✓ Konflikte gesund lösen <p>Wissenstransfer:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Grundsätze der gesundheitsfördernden Kommunikation 2 <p>Special:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Video-Analyse 	<p>Mag.^a Andrea Krassnig Unternehmensberaterin, Wirtschaftstrainerin und Coach</p>

Bildung - Gesundheitsförderung - Training

Modul 3

Mit schwierigen Gesprächssituationen leicht umgehen

- ✓ Strukturierte, ziel- und ergebnisorientierte Gesprächsführung im Arbeitsalltag
- ✓ Stellung beziehen – wirkungsvoll argumentieren
- ✓ Professionelles, förderndes Feedback
- ✓ Kritik ja, jedoch konstruktiv und wertschätzend
- ✓ Umgang mit unfairen Angriffen, Einwänden und Beschwerden
- ✓ Wie Sie auch bei unterschiedlichen Meinungen zu einem tragfähigen Ergebnis gelangen
- ✓ Schwierige Telefongespräche lösungsorientiert steuern

Wissenstransfer

- ✓ Grundsätze erfolgreicher Gesprächsführung im Unternehmen
- ✓ Schwierige Gespräche meistern

Modul 4

Ganz gesundheitsfördernd kommunizieren

- ✓ Zusammenfassung der Learnings
- ✓ Transfer in den Alltag sichern
- ✓ Präsentation der Abschluss-Arbeiten
- ✓ Überreichung der Zertifikate und Feier

Sonja Grilc
Wirtschaftstrainerin,
Dipl. Fachwirtin für
Marketing

Mag.^a Andrea Krassnig
Unternehmensberaterin,
Wirtschaftstrainerin und
Coach

Ihr Nutzen

- ✓ Sie steigern Ihre Lebensqualität
- ✓ Sie verbessern das Arbeitsklima
- ✓ Sie steigern die Lust am Tun, die Produktivität und Verbessern die Qualität
- ✓ Sie verringern Krankenstände

Zielgruppe

- ✓ Führungskräfte, Personalentwicklerinnen und -entwickler
- ✓ Teamleiterinnen und Teamleiter
- ✓ Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
- ✓ Unternehmerinnen und Unternehmer
- ✓ Menschen, die Lust an gesunder Kommunikation haben und damit ihr Wohlbefinden, das Arbeitsklima und dadurch auch die Qualität und ihre Leistung verbessern möchten

Gesamtdauer des Lehrgangs:

10 Tage, 80 Stunden + Praxisstunden (Peerstunden und Selbststudium)

Ort: Bildungshaus, St. Georgen am Längsee, Schlossallee 6

Anmeldeschluss: Dienstag, 01. März 2011

Teilnehmerinnen und Teilnehmer: mindestens 10 und maximal 18

Termine:

- | | |
|-----------------|---|
| 1. Modul | 3 Tage Fr. 1., Sa. 2., April, So. 3. April 2011, jeweils 9 bis 17 Uhr |
| 2. Modul | 3 Tage Fr. 29., Sa. 30., April und So. 1. Mai 2011, jeweils 9 bis 17 Uhr |
| 3. Modul | 2 Tage Fr. 17., Sa. 18. Juni 2011 jeweils 9 bis 17 Uhr |
| 4. Modul | 2 Tage Fr. 16., Sa. 17. September 2011 jeweils 9 bis 17 Uhr |

Die Trainerinnen und Partnerinnen von G'sundwerk



Mag.ª Andrea Krassnig

1995 Gründung von PUBLIC AFFAIRS, Agentur für Kommunikation. Als Trainerin, Kommunikationsberaterin, Coach und Moderatorin in der Wirtschaft, Politik und Regierung tätig. Schwerpunkte: Kommunikation, Führung, Teams. Einige Ausbildungsstationen: Diplom-Trainerausbildung, Diplom-Wirtschaftscoachausbildung, Ausbildung Change Management und viele mehr ☺

www.public-affairs.at



Sonja Grilc

Dipl. Fachwirtin für Marketing, selbstständige Wirtschaftstrainerin für Kundenorientierung, Telefon, Beschwerdemanagement, Verkauf, Gehalts- und Honorarverhandlungen, Selbstmarketing. Langjährige Berufs- und Führungserfahrung im Printmedien-Bereich mit Schwerpunkt Marketing und Vertrieb.

www.dialogkonzept.at

Die Methoden

- ✓ Moderiertes Lernen - Sie lernen durch Erleben und Tun
- ✓ Persönliche Analyse und Reflexion
- ✓ Fachinput
- ✓ Theatermethoden
- ✓ Systemische Fragen
- ✓ Diskussion
- ✓ Feedback
- ✓ Üben, üben, üben

Peergruppe, Training und Selbst-/Literaturstudium

Sie gründen Ihre eigene Peergruppe/Trainingsgruppe, um zwischen den Modulen den Transfer des Erlernten in den Berufsalltag zu sichern und einen Erfahrungsaustausch zu pflegen. Weiters wird angeregt im Rahmen des Selbststudiums/Literaturstudiums das Erlernte zu festigen.

Abschluss – Zertifikat

Um das Abschluss-Zertifikat zu erhalten, ist die Anwesenheit an **acht** von **zehn Kurstagen** erforderlich. Ebenfalls als Voraussetzung gelten die aktive Teilnahme an den Modulen und Übungseinheiten sowie die Teilnahme am Abschlussmodul, bei dem die Abschluss-Arbeit präsentiert wird. Die Abschluss-Arbeit besteht aus einem theoretischen (ca. 5 Seiten) und/oder einem praktischen Teil. Die Details dazu werden im ersten Modul besprochen. Im Wesentlichen ist die Abschlussarbeit eine Dokumentation Ihrer Learnings.

Kosten und Finanzierung:

Lehrgangskosten: Netto € 2.900,- + 20 % MwSt. (Brutto: € 3.480,-)

Der Lehrgang wird unter bestimmten Voraussetzungen von unterschiedlichen Stellen gefördert!

Mögliche Förderstellen: AMS (www.ams.at/ktn), AMS (www.ams.at), Land Kärnten (www.bildungsland.at), KWF (www.kwf.at). Bitte wenden Sie sich persönlich an diese Stellen oder lassen Sie sich von der Kompetenzberatung Kärnten informieren (www.kompetenzberatung.at).

Wir bieten Ihnen nach Möglichkeit auch gerne andere Varianten der Finanzierung an. Für Anfragen wenden Sie sich bitte an die Anmeldung und Informationsstelle.

Anmeldung und Information

Gerne helfe ich Ihnen weiter:

Reinhard Ladler, G'sundwerk
Kohldorferstraße 98
9020 Klagenfurt
+43(0)664/13 80 768
reinhard@gsundwerk.at
www.gsundwerk.at