

Zeit	Themen, Übungen	Ziel
Kommunikation – Wir sind Kommunikation! Als soziales Wesen wollen wir verstehen, was das Gegenüber mir mitteilen will. Und wir wollen verstanden werden. Über 80% der Informationen werden nicht mit der «Sprache», sondern mit dem Tonfall, der Emotion, mit Gesten ... mitgeteilt. Was dies bedeutet, erarbeiten wir an drei Kursabenden und erhalten Werkzeuge, um die eigene Kommunikation und zugleich die Kommunikation meines Gegenübers besser zu verstehen.		
Dienstag, 04.05.2021 – Kommunikation hat zentral mit MIR zu tun		
19.30	„Guten Abend“	
19.35	Einführung in den Workshop: Programmablauf klären <i>'Welches Ergebnis wollen wir?'</i> PA	Kontaktaufnahme Vertragsklärung
20.00	Kommunikation und das 'Eisbergmodell' Einführung: - Ich-Zustandsmodell (TA) ist die Grundlage unserer Überlegungen zur Kommunikation - Kommunikationsmodell der TA anhand eines konkreten Beispiels	Kommunikation geschieht zum grössten Teil auf der nonverbalen Ebene. Theoretische Grundlagen schaffen
20.40	Pause	
21.00	Wie geht es mir? (80%) Was habe ich Neues gelernt? (10%)	
21.05	'Berta, das Ei ist hart' PA / 3er-Gruppe Was geschieht in diesem Gespräch genau?	Literatur vom Feinsten! Analyse eines misslungenen (?) Gesprächs
21.40	Tangenten	Feinheiten des Kommunikationsmodells der TA (80%)
21.50	Ich nehme mit! - Und Abschluss	Welche Themen sind heute bearbeitet worden? Offene Fragen
Dienstag, 11.05.2021 – Feinheiten der Kommunikation		
19.30	„Guten Abend“	
19.35	Programmablauf klären – Anliegen aufnehmen	Woran arbeiten wir heute?
19.50	Die psychologische Ebene eines Gespräche	Feinheiten des Kommunikationsmodell der TA (80%)
20.10	Selber mitgebrachte Beispiele analysieren: <i>«Was ist da genau passiert?»</i> PA / 3er-Gruppe	Das Gelernte anwenden: Kommunikation verstehen
20.40	Pause	
21.00	Wie geht es mir? (80%) Was habe ich Neues gelernt? (10%)	
21.05	Scheinbar unlösbare Gesprächssituation: Das Dramadriek – eine blockierte Beziehungssituation auflösen.	In einem 'Gesprächsdreieck' ohne Ausgang - den Ausgang finden.
21.10	Eigene Beispiele? - Kommunikation ist Beziehungsgeschehen: PA / 3er-Gruppe / alle	Üben – üben - üben
21.35	Vertragsarbeit als Grundlage des Gespräches: <i>Wer bin ICH? Wer sind Vertragspartner? ... ?</i>	'ICH definiere die Rahmenbedingungen des Gespräches.'
21.50	Ich nehme mit! - Und Abschluss	Welche Themen sind heute bearbeitet worden? Offene Fragen

Dienstag, 11.05.2021 – Gelerntes anwenden		
19.30	„Guten Abend“	
19.35	Programmablauf klären – Anliegen aufnehmen	Woran arbeiten wir heute?
19.45	Einsteigen mit dem Wichtigsten in der Kommunikation: Mit mir selber	'Ich stehe auf meinen Füßen!' und kann 'STOP' sagen
20.05	Konflikt- und Krisensituationen sicher bewältigen	Grundlagen der Krisenkommunikation verstehen
20.40	Pause	
21.00	Wie geht es mir? (80%) Was habe ich Neues gelernt? (10%)	
21.05	Spiele: Gespräche, die in Irritation enden - und diese in die Zeitstrukturierung einordnen	Menschen wollen in Beziehung kommen
	Eigene Themen und *Module zur Auswahl	
21.50	Ich nehme mit! - Und Abschluss	Welche Themen sind heute bearbeitet worden? Offene Fragen
	*Module zur Auswahl: - Übungen in Gruppe / Rollenspiele - Spiele: Gespräche, die in Irritation enden - Wie sag ich's? - Ansprechen von Problemen - Krisengespräche führen	Zeit für Vertiefung eines Themas / aufgreifen eines neuen Themas / üben – üben - üben

Zu diesem Workshop

Liebe Teilnehmende

Ich lade Sie ein, sich einen Augenblick der Vorbereitung zu gönnen: Was brauche ich? Was erwarte ich? Was kann ich an Themen mitbringen? - nach Möglichkeit: 2-3 Mails und / oder kurze Gesprächsskizzen (von belastenden) Kommunikationssituationen für die Kleingruppenarbeit (je 3 Kopien wären toll! - diese Kopien nehmen Sie aus Datenschutzgründen wieder nachhause)
 - grundsätzliche Bereitschaft, sich als Gesamtpersönlichkeit einzubringen (Kommunikation ist eine 100%-ige menschliche Tätigkeit)

Ich bringe mit

- Offenheit den einzelnen Teilnehmenden gegenüber
- konkreter Kommunikationspartner fachlich und persönlich
- Unterlagen zu den angewandten theoretischen Modellen (Kopien)
- zusätzliche Modelle und Module (wenn zusätzliche Themen wichtig werden)
- Literaturhinweise

Ich freue mich auf den Workshop mit Ihnen!

Werner Murer

Berater im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom

Kursort

im Bahnhof

BeZ Betschwanden

Bahnhofstrasse 1

8777 Betschwanden

055 653 16 11

077 437 51 14

werner.murer@bez-betschwanden.ch

www.bez-betschwanden.ch

Parkplätze sind direkt beim Bahnhof (beim Güterschuppen, auf der Rampenauffahrt, hinter dem alten Bahnhofgebäude)

Die Kurszeiten sind auf den öV abgestimmt: 19.08 Uhr an und 22.18 Uhr ab

Und ein Wort zu Transaktionsanalyse (TA)

TA hat zum Ziel, den Menschen in seiner Gesamtheit von Denken, Handeln und Fühlen zu verstehen. Dazu hat der Begründer Eric Berne grundlegende Modelle geschaffen, die im Laufe der Zeit erweitert, ergänzt und vertieft wurden. Da der Mensch vom ersten Augenblick seiner Existenz kommuniziert, hat die Analyse von Transaktionen einer ganzen Theorie ihren Namen gegeben. Dem Anliegen von Eric Berne, dass jeder Mensch Zugang zu seinen Theorien erhalten kann, wird mit ausgezeichneten Artikeln im Internet Rechnung getragen. Alle im Workshop-Ablauf angesprochenen Theorien sind im Internet auffindbar.