

## ***Bedürfnisorientierte Kommunikation für alle***

**„Hinter jedem Verhalten steckt eine positive Absicht!“  
„Menschen treffen die beste Wahl aus dem, was ihnen an Wahlmöglichkeiten zur Verfügung steht.“  
(Virginia Satir)**

### **Zielgruppe:**

**Einzelne:** Führungskräfte/ Manager/ Auftraggeber/ Projektleiter/ Teamleiter/ Personen

**Teams:** Firmen/ Organisationen/ Institutionen/ Programme/ Projekte/ Teams/ Gruppen/  
Familien/ Paare

### **Seminarziel:**

Sie haben hin und wieder den Eindruck, dass Sie missverstanden werden, dass ihre Aussagen nicht so bei den anderen ankommen, wie Sie es beabsichtigt haben. Und andere erkennen nicht, was Sie brauchen. Sie müssen alles selbst in die Wege leiten.

Sie wollen eine wirksame Methode kennenlernen, mit der Sie Ihre Bedürfnisse und Wünsche besser artikulieren können, von anderen leichter verstanden werden und Sie umgekehrt auch andere besser verstehen? Sie wollen auch im Stress schnell und einfach neue Lösungen erarbeiten? Dieses Seminar ermöglicht Ihnen, sich diese Art von Sprache überraschend schnell anzueignen.

### **Inhalt:**

Das Seminar beinhaltet eine Einführung und Schulung der wichtigsten Aspekte und Methoden der „bedürfnisorientierten Kommunikation“. Die Methode basiert auf der „Gewaltfreien Kommunikation“ von Marshall B. Rosenberg und wurde um systemische Elemente erweitert.

Das Seminar ist aufgebaut in:

- H* Grundlagen des bedürfnisorientierten Kommunikation
- H* Die 4 Schritte zur friedvollen Aussage
- H* Gefühle und Bedürfnisse,
- H* Erwartungen und Bitte

### **Nutzen:**

Nach diesem Seminar ist es Ihnen möglich:

- H* Gefühle als Ausdruck von erfüllten oder nicht erfüllten Bedürfnissen zu begreifen.
- H* Ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen und Verständnis für die Bedürfnisse anderer zu entwickeln.
- H* klarer zu sagen, was Sie wollen.
- H* Ihre Aussagen „bedürfnisorientiert“ zu formulieren.

**TeilnehmerInnenzahl:** max. 12 Personen

**Methode:** Fachliche Präsentation, moderierte Diskussion, Gruppenarbeit, Gruppensimulation, Praxisbeispiele