



Trainerin
CORNELIA DECKER

Systemischer Business
& Mental Coach

www.cdc-muenchen.de

cornelia.decker@cdc-muenchen.de

Workshop / Training (virtuell / persönlich, de/en)

Erfolgsfaktor Kommunikation:

Wirksam kommunizieren, mentale Hürden überwinden



ZIELGRUPPE

- Führungskräfte und Talente, die ihre Kommunikationsfähigkeiten weiter ausbauen und sich von hindernden Mustern befreien wollen
- Teams, deren Kommunikation innerhalb oder gegenüber internen wie externen Kunden auf ein neues Level gehoben werden soll



ZIELE

- Verstehen und Überwinden persönlicher Kommunikationshürden sowie hinderlicher Kommunikationsmuster
- Verständnis für die Vorzüge offener Kommunikation sowie kontinuierlichem Feedbacks
- Perspektivwechsel des oft negativ konnotiertem „Feedbacks“ als Lernchance, Motivator und Beziehungsstärker
- Die Wirksamkeit eigener Kommunikation verbessern: eigene Anliegen klar und für den anderen relevant und annehmbar darstellen
- Teamzusammenhalt und -zusammenarbeit stärken
- Leistung und Resilienz des Einzelnen sowie einer Gruppe stärken

Ich freue mich darauf, mit Ihnen Ihren individuellen Bedarf und Ihre Zielsetzung zu besprechen – als Basis für ein auf Sie zugeschnittenes Training!



INHALTE

Ein coaching-orientiertes Kommunikationstraining

Feedback geben, Aufgaben delegieren, eigene Grenzen oder Vorhaben kommunizieren, all das scheint einfach und alltäglich und scheitert in der Umsetzung trotzdem oft. Wichtige Kommunikation wird aufgeschoben, Themen nicht klar genug angesprochen, es gelingt nicht, das Gegenüber vom eigenen Thema zu überzeugen oder die gewünschte Verhaltensänderung herbeizuführen, Konflikte werden unbeabsichtigt gestartet, uvm.

Neben dem Wissen um das WIE der Kommunikation ist das Verstehen und Überwinden persönlicher mentaler Hürden von größter Bedeutung. Denn sie sind es meist, die den Einzelnen davon abhalten, das theoretisch Bekannte auch wirkungsvoll umzusetzen, und zudem Stressgefühle erzeugen. So kommuniziert man vielleicht unklar, weil man „dem Gegenüber nicht vor den Kopf stoßen“ will.

Die kurzweiligen Trainings setzen daher neben effektvollen Übungen, die z.B. zeigen, wie wohltuend Feedback sein kann und wie relevant es ist, es zeitnah zu geben, auch darauf, dass jeder Teilnehmer für sich erkennt, was seine persönlichen Kommunikationsherausforderungen und -hürden sind und wie er sie überwinden kann. Damit werden nicht nur erkenntnisreiche Aha-Effekte bei den Teilnehmern erreicht, sondern vor allem echte Umsetzungskraft im Alltag!