Kurs Nr.: 2026 288

14.12.2026-15.12.2026

Titel:	Ich höre was, was Du nicht sagst
Inhalt:	Wieso bekommen wir manche Aussage ins „falsche Ohr“? Eine Botschaft enthält meist mehr als nur eine Sachinformation. Wir beschäftigen uns mit den vier Seiten einer Botschaft und gehen der Frage auf den Grund, wieso es von Sender/-in und Empfänger/-in abhängt, ob die Kommunikation zwischen beiden gelingt. Und wir wagen auch einen Blick in den „Teufelskreis der Interaktion“. Sie dürfen gespannt sein.
Info:	Für alle geeignet, die mit typischen Missverständnissen in der Kommunikation besser umgehen lernen wollen.

1 Tag:	- Kennenlernen und Erwartungen klären - Einstiegsübung: "Zuhören und Widergeben" - Einführung in das "Kommunikationsquadrat" nach Friedmann Schulz von Thun - die vier Seiten einer Botschaft - Demonstration - Die vier Seiten näher beleuchten, ihre Bedeutung, ihr Potenzial und die Fallstricke erkennen - Übung mit dem Kommunikationsquadrat anhand einer persönlichen Situation zu Dritt - Abschlussreflexion und Verabschiedung
2 Tag:	- Check in - Übung Selbstreflexion "Was ist mein typisches Kommunikationsmuster?" - Austausch und Feedback: Kommunikationsschwächen abmildern - Weiterentwicklung mit dem Werte- und Entwicklungsquadrat, Theorie und praktische Übung - Exkurs: "Teufelskreis der Kommunikation" - Ausklang und Abschlussreflexion
3 Tag:	
4 Tag:	
5 Tag:	