

Fortbildung

26.11.2026 09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Souveräner kommunizieren – Schlagfertigkeit in schwierigen Situationen

Gelegentlich kommen Sie in Ihrem Alltag an nervliche Grenzen: Zeitdruck, hohe Anforderungen, stressauslösende Konflikte, ... Es ist eine große Herausforderung, in diesen Momenten kommunikationsfähig und kooperativ zu bleiben und trotzdem Ihren Standpunkt zu vertreten. Aber gerade im Beruf wollen Sie professionell und schlagfertig agieren.

Ziele

Das Nervenkostüm schonen und die Zusammenarbeit verbessern. In heiklen Situationen mit "Reizpersonen" konfliktfreier umgehen. Das WIE auf die Situation abstimmen, einerseits kontextgerecht reagieren und andererseits im Einklang mit Ihren eigenen Zielen und Möglichkeiten.

Inhalt und Ablauf

In diesem Training entwickeln und üben Sie an Hand von vielen praktischen Beispielen Kommunikationsstrategien, die Sie flexibel im Alltag anwenden können:

- Blackout adé ! - den Schlüssel zur eigenen Spontaneität finden
 - The Big Five - die besten 5 Tools gegen unfaire Äußerungen
 - Variantenreich reagieren - sachlich, verbindend, humorvoll, klar
 - Reiztypen - besser einordnen können
 - Selbstschutz - wie Sie sich abgrenzen und handlungsfähig bleiben
 - Zielgerade - souverän für konfliktfreieres Miteinander sorgen
-

Kontext

Gelegentlich kommen Sie in Ihrem Alltag an nervliche Grenzen: Zeitdruck, hohe Anforderungen, stressauslösende Konflikte, ...

Es ist eine große Herausforderung, in diesen Momenten kommunikationsfähig und kooperativ zu bleiben, Ihren Standpunkt zu vertreten und für klare Abgrenzung zu sorgen. Aber gerade im beruflichen Umfeld wollen Sie souverän, professionell und auch schlagfertig agieren.

Zielgruppe:

Mitarbeitende aller Bereiche, die ihre kommunikativen Fähigkeiten fördern möchten

Termin:

26.11.2026 09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Kosten:

Normalpreis 330 €

CVS-MA 290 €

Referent(inn)en:

Carsten Schleuß (Business-Coach, Kommunikationstrainer)

Ansprechpartner:

Elke Großhellefort (e.grossehellefort@caritas-stuttgart.de, (0711) 490542-13)

Dorothee Baumann (d.baumann@caritas-stuttgart.de, (0711) 490 542 14)

Veranstalter:

Caritas Bildungszentrum Stuttgart

Veranstaltungsnummer:

068/2026