

SCHLAGFERTIGKEIT

Die intelligente Art, sich gegen Angriffe zu wehren

PROFIL Für alle, die im beruflichen Kontext verbalen Angriffen und Attacken ausgesetzt sind und mit brisanten Situationen umgehen müssen

ESSENZ Kennen Sie das auch? Ein Kollege attackiert Sie im Meeting und Sie stehen da mit rotem Kopf und wissen darauf nichts zu antworten. Der Punkt geht an Ihren Kollegen. Dieses Seminar unterstützt Sie dabei, Ihre Schlagfertigkeit im richtigen Moment abrufen zu können und dem Angreifer eine angemessene Antwort zu geben.

METHODIK Einzel-/Partner- und Gruppenarbeiten, Impulsvorträge, Austausch im Plenum, Reflexionsübungen, Fallbeispiele

DAUER 1 Tag

TERMINE | ORT Termin und Ort bzw. Online-Portal nach Absprache

INHALTE

Schlagfertigkeit
Der Unterschied zwischen guter und schlechter Schlagfertigkeit
Humor als Instrument der Schlagfertigkeit
Peinliche und schwierige Situationen meistern
Eskalieren oder deeskalieren?
Assoziationsfähigkeiten und Wahrnehmung verbessern

Körpersprache und Schlagfertigkeit
Wie Ihre Körpersprache andere dazu einlädt, Sie anzugreifen
Atmung und Körper nutzen bei Angriffen
Emotionale Selbststeuerung in kritischen Momenten