

Kommunikation in Stresssituationen.

Im Stress kommuniziert der Mensch anders. Und nimmt der Stress nicht ab, verändert er sein Kommunikationsbedürfnis, um so in eine für ihn entspanntere Lage zu kommen. Das Process Communication Model ermittelt das aktuelle Kommunikationsbedürfnis und unterstützt darin, Gesprächsbeziehungen zu verbessern. Es basiert auf wissenschaftlichen Aussagen der Verhaltenspsychologie und gibt eine pragmatische Hilfe im Umgang mit anderen Menschen, verbessert die Interaktion und ermöglicht es, das Verhalten anderer Menschen bewusster wahrzunehmen.

Im Vorfeld oder im Nachklang des Trainings ist es möglich, eine individuelle PCM-Auswertung vornehmen zu lassen.

Ziele und Nutzen.

- Identifikation der persönlich bevorzugten Kommunikationskanäle / Wellenlängen
- Den anderen besser kennen lernen und verstehen können
- Sensibilisierung für Verhalten unter Stress, bei sich und anderen

Trainer.

Ralph Schlieper-Damrich

Perspektivenwechsel GmbH
Gesellschaft für Kulturentwicklung und
Führungsberatung
Köhlerberg 3
D – 86456 Lützelburg/Augsburg
Telefon 0049 (0) 8230 7010.25
Telefax 0049 (0) 8230 7010.29

www.perspektivenwechsel.com

Inhalte.

- Ich bin ok – Du bist ok
Transaktionsanalyse in der Praxis
- Die sechs Kommunikationstypen nach PCM
- Die Stärken und Schwächen dieser Typen
- Stressformen: Eu-Stress und Dys-Stress
- Die Herstellung konstruktiven Kontakts
- Die psychischen Bedürfnisse der einzelnen Typen
- Das Antreiberverhalten
- Die Misserfolgsmuster
- Das Dys-Stressverhalten

Die sechs Kommunikationsbedürfnisse nach PCM:

- 1. Beharrer
- 2. Empathiker
- 3. Logiker
- 4. Macher
- 5. Rebell
- 6. Träumer

- Übungen aus konkreten Fällen
- Abschluss-Feedback durch die Teilnehmer

Methoden.

Übungen, Fallbeispiele, Impulse

Zielgruppe.

Führungskräfte
(min. 6, max. 12 Teilnehmer/innen)