

Workshops Team-Bildung, Kommunikation und Konflikt-Management

Selbstbehauptungs-Kurse für Jugendliche, Erwachsene, Senioren, Menschen mit Behinderung



Dr. Veronika Kollmann
Coach für
Kommunikation

Mittels professionellem Coaching lernen, sich in Problemsituationen selbst zu behaupten und damit Konflikten vorzubeugen.



Als Arbeitgeber möchten Sie das gute Arbeitsklima erhalten und weiterhin positiv beeinflussen. Gutes Arbeitsklima steigert nicht nur das Wohlbefinden der Mitarbeiter, sondern auch deren Effizienz und Arbeitseinsatz.

Zielgruppe

In erster Linie Frauen und Männer, die beruflich häufig mit Menschen in Kontakt treten.

Beispielsweise:

- Medizinisches Personal in Arztpraxen und Krankenhäusern
- Pflegekräfte
- Servicekräfte in Hotel und Gastronomie
- MitarbeiterInnen im öffentlichen Nahverkehr
- TaxifahrerInnen
- Lehr- und pädagogisches Personal
- Sozialarbeiter
- MitarbeiterInnen in Behörden und Ämtern

Auch für interessierte Privatpersonen und Vereine geeignet.

Wozu Prävention?

Grenzen setzen hilft Mobbing und Konflikten vorzubeugen. Problem-Situationen können in der Schule, am Arbeitsplatz, aber auch im privaten Umfeld auftreten.

Umso wichtiger:

Präventivmaßnahmen

zum Selbstschutz

Selbstbehauptung, geeignetes Auftreten und Verhalten hilft Mobbing und Konflikte zu verhindern.

Konzept



Wahrnehmung – Blickkontakt

Signale erkennen lernen
Blickkontakt aufbauen und halten



Non verbale Kommunikation – Auftreten

Körpersprache richtig einsetzen
Außenwirkung positiv beeinflussen



Deeskalation

mit geeigneten Worten
mit entsprechender Körpersprache



Verbale Kommunikation – Grenzen setzen

Wortwahl und Körpersprache als Einheit
nachdrücklich Grenzen setzen
und aufrechterhalten lernen

Vermittlung meines Konzeptes zur klaren Kommunikation anhand gängiger Methoden, wie Trainer-Input, Diskussionen, Übungen, Rollenspiel sowie Einzel- und Gruppenarbeit.

Zu meiner Person

Dank meiner langjährigen Lehrtätigkeit konnte ich viel praktische Erfahrung im Bereich Kommunikation in mein Konzept einfließen lassen.

Ich bin lizenzierte Kursleiterin für "Frauen-selbst-Sicherheit" sowie Kinder- und Jugendselfbehauptung ("Nicht-mit-mir") des deutschen Ju-Jutsu Verbandes (DJJV).



Kontakt

Dr. Veronika Kollmann

Tel.: + 49 174 3835545

Email: info@veronika-kollmann.de

Web: www.veronika-kollmann.de