

« Wie gehe ich mit schwierigen Menschen um? »

Donnerstag, 24 September 2020, 19h00 – 20h00



Seminarleitung	Silke Weinig Coach, Trainerin & Bloggerin für Selbstmanagement, Kommunikation & Konfliktmanagement www.silkeweinig.com	20-2409-AdA-D « Wie gehe ich mit schwierigen Menschen um? » Seminarleitung Silke Weinig Datum Donnerstag, 24. September 2020 Zeit 19h00 – 20h00 Kursort Online Kosten 40 Fr. Kosten VHS 20 Fr. Anmeldefrist 2 Tage vor Kursbeginn
Inhalt	Jeder kennt sie: Menschen, mit denen fast jede Begegnung zum Hürdenlauf wird. Die ständig etwas missverstehen, herumrörgeln oder beleidigen. Was hilft bei solchen Menschen? Insbesondere dann, wenn sie an einem unserer Seminare teilnehmen? Schlagfertigkeit? Ein dickes Fell? Ignorieren? Lernen Sie, wie man mit Wertschätzung, Empathie und einer guten Selbstfürsorge wohlthuend auf sich und andere wirkt, und dabei ganz nebenbei lernt stacheligen Zeitgenossen mit herzlicher Gelassenheit zu begegnen!	
Kurssprache	Deutsch	
Zielpublikum	Dozenten und Verwaltung	
Kursziele	Sie nutzen Selbststärkung als persönliche Strategie für den Umgang mit Problempersonen und schwierigen Situationen. Sie haben verschiedene Soforthilfsmassnahmen parat, um ruhig zu bleiben und schnell nach einem Zusammenprall zu regenerieren.	
Methoden	Sie erhöhen Ihre Problemlösungs- und Konfliktfähigkeit. Es werden neuste wissenschaftliche Erkenntnisse aus der Psychologie und Neurobiologie, sowie ausgewählte Instrumente aus dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®), die spielerisch Veränderungsprozesse in Gang setzen.	
		Kontakt Verband der Schweizerischen Volkshochschulen Djamila Kartnaller, Fachstelle Weiterbildung 044 211 97 73 djamila.kartnaller@up-vhs.ch