

## « Mit schwierigen Menschen klarkommen »

Samstag, 31 Oktober 2020, 9h30 – 13h



|                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Seminarleitung</b> | <p><b>Silke Weinig</b></p> <p>Coach, Trainerin &amp; Bloggerin für Selbstmanagement, Kommunikation &amp; Konfliktmanagement</p> <p><a href="http://www.silkeweinig.com">www.silkeweinig.com</a></p>  |
| <b>Inhalt</b>         | <p>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?</p> <p>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!</p> |
| <b>Kurssprache</b>    | Deutsch  |
| <b>Zielpublikum</b>   | Dieser Kurs wendet sich an alle, die nachhaltige Lösungen suchen, wie man mit komplizierten Seminar-Teilnehmern umgehen kann.  |
| <b>Kursziele</b>      | <p>Sie analysieren die Betriebstemperatur und den Reifegrad eines Konflikts und entscheiden, wie mit diesem zu verfahren ist.</p> <p>Sie wissen Eskalationen zu entschärfen und ein professionelles Niveau zu halten.</p> <p>Sie haben verschiedene Soforthilfsmassnahmen parat, um ruhig zu bleiben und schnell nach einem Zusammenprall zu regenerieren.</p> <p>Sie nutzen Selbststärkung als persönliche Strategie für den Umgang mit Problempersonen und schwierigen Situationen.</p>  |
| <b>Methoden</b>       | <p>Sie erhöhen Ihre Problemlösungs- und Konfliktfähigkeit.</p> <p>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.</p>  |

|   |
|---|
| <p>20-3110-AdA-D</p> <p>« Mit schwierigen Menschen klarkommen »</p> <p><b>Seminarleitung</b><br/>Silke Weinig</p> <p><b>Datum</b><br/>Samstag, 31 Oktober 2020</p> <p><b>Zeit</b><br/>9h30 – 13h</p> <p><b>Kursort</b><br/>VHS Zürich, Bäregasse 22, 8001 Zürich</p> <p><b>Kosten</b><br/>100 Fr.</p> <p><b>Kosten VHS</b><br/>75 Fr.</p> <p><b>Anmeldefrist</b><br/>10 Tage vor Kursbeginn</p> |
| <p><b>Anmeldung und AGB</b><br/><a href="http://www.up-vhs.ch">www.up-vhs.ch</a></p>  |
| <p><b>Kontakt</b><br/>Verband der Schweizerischen Volkshochschulen<br/>Djamila Kartnaller, Fachstelle Weiterbildung<br/>044 211 97 73<br/><a href="mailto:djamila.kartnaller@up-vhs.ch">djamila.kartnaller@up-vhs.ch</a></p>  |