

## **Miteinander leben**

### Kommunikation

#### **Wie redest du denn mit mir?**

Offen miteinander reden – einander besser verstehen

- Was sagst du? Was höre ich?
- Kommunikationsmuster erkennen und verändern
- Konflikte, Meinungsverschiedenheiten und Probleme lösen lernen

Als Vortrag oder Seminar

#### **Selbstbewusst vor anderen auftreten**

Rhetorik-Grundlagen

- Wie wirke ich vor anderen?
- Die Nervosität in den Griff bekommen
- Eine Rede halten können

Als Seminar

#### **Rhetorik für Aktive in Pfarrgemeinden**

Ein Angebot für Gruppen vor Ort

- Die Angst vor dem Reden verlieren
- Der Aufbau einer Rede
- In Gremien und in der Öffentlichkeit auftreten können

Als Seminar

#### **Mit Konflikten umgehen**

In schwierigen Situationen selbstbewusst auftreten

- Die Ursache von Konflikten verstehen
- Das eigene Konfliktverhalten
- Sicherheit im Umgang mit Konflikten entwickeln

#### **Wie eine Sitzung gelingen kann**

Die Moderation von Veranstaltungen

- Wie bereite ich mich vor?

- Schwierige Situationen meistern
- Der Fahrplan der Moderation

Als Vortrag oder Seminar (-reihe)

### **Die Macht der Worte**

Gewaltfreie (wertschätzende/achtsame) Kommunikation im Alltag

- Die Art, wie wir miteinander sprechen, beeinflusst maßgeblich unsere Beziehungen zueinander
- Lösungen finden (wollen), anstatt Probleme zu suchen
- Die eigenen Bedürfnisse ausdrücken und die Bedürfnisse anderer achten

### **Wertschätzende Kommunikation und Rhetorik**

Als Vortrag oder Seminar