

**Kontakt:**

Am Charlottentor 31  
39114 Magdeburg

Tel.: 0391 24204004

Mobil: 0173 4351197

E-mail:

b.wildenauer@sofi-p.de

kontakt@sofi-p.de

**Bankverbindung:**

HypoVereinsbank

Kto-Nr.: 109 41 302

BLZ: 200 300 00

**Steuernummer:**

102/174/50 808

## Aufbauseminar

### „Selbstbewusst Konflikte austragen und mit Kritik umgehen“

Im Allgemeinen lieben Frauen weder Konflikte noch, wenn sie kritisieren „müssen“ oder wenn sie selbst kritisiert werden. Dass sie sich durch diese tendenziell vermeidende Haltung Chancen zur Weiterentwicklung nehmen, ist ihnen häufig nicht bewusst.

Wenn Sie Ihren Umgang mit Kritik und Konflikten reflektieren und verändern möchten, dann sind Sie in diesem Seminar richtig!

Folgende Inhalte werden angeboten:

- Wissensvermittlung zu Kritik und Konflikten
- Wertschätzende/ respektvolle Grundhaltung beim Kritisieren
- praktische Beispiele, z.B. Rollenkonflikte einer Vorgesetzten oder Konflikte im Team
- Analyse von schwierigen Situationen und Vermittlung von Techniken zum Umgang mit Kritik
- praktische Übungen, um „kritischen Klartext“ zu reden
- Training von Schlagfertigkeit
- Kommunikationsmodelle zur Deeskalation von Konflikten

Das Seminar ist orientiert sich am Gruppenprozess und dem Interesse der Teilnehmerinnen. Folgende Methoden werden angewandt: Kurzvortrag, Gruppengespräch, Brainstorming, Kleingruppenarbeit, Praxistransfer, Interaktionsübungen

Referentin: Birgitta Wildenauer

Zeit: Freitag, der 02.03.2018 von 13.00 -19.00 Uhr  
Samstag, der 03.03.2018 von 9.00 -16.00 Uhr

Kosten: 190,- Euro zzgl. 19 % UST in Höhe von 36,10 Euro  
Gesamt: **226,10 Euro**

Anmeldung: Gern per Mail oder schriftlich ab sofort über SOFI-P