



Also, jetzt mal ganz ehrlich!

Wieviel Wahrhaftigkeit verträgt der Alltag?

Inhalte

Wir können uns der Ehrlichkeit nicht immer fügen, sie wird manchmal gestört durch kleine Lügen...
frei nach Wilhelm Busch

Ehrlichkeit ist ein hohes Gut und wird besonders in Teams immer wieder gefordert.

Dürfen wir im Alltag tatsächlich komplett ehrlich sein? Oder ist es besser, den Schein zu wahren und höflich zu bleiben? Wann hilft welche Haltung wirklich weiter und wie authentisch kann ich sein?

Um die persönliche Authentizität tatsächlich leben zu können ist es hilfreich, die eigenen Werte und Bedürfnisse zu kennen. Sie zu kommunizieren bedeutet, selbstsicher, fair und wirksam die herausfordernden Situationen des Alltags zu bewältigen.

- Wer bin ich und wenn ja, wie viele?
- Wie bin ich denn, wenn ich ganz authentisch agiere?
- Welche Signale sende ich aus mit meinem Körper, meiner Stimme, mit meiner Art zu sprechen?
- Wann muss, wann darf ich mich abgrenzen und wie tue ich das?
- Wie kann ich störungs- und wertfrei kommunizieren?
- Welche Werte habe ich?
- Welche Bedürfnisse melden sich wann?

Ziele und Arbeitsweg

Üben, diskutieren, reflektieren um danach den Alltag mit neuen Kräften und einer veränderten Wahrnehmung zu meistern.

Zielgruppe

alle Interessierten

Termin

Montag, 20. September 2021, 8.30 - 16.00 Uhr

Anmeldung: bis 6. September 2021 über www.hospiz-akademie.de/2021/L21A.html

Kursgebühr

119,-- Euro

Leitung

Heike Bauer-Banzhaf, Dipl. Schauspielerin, systemische Kommunikationstrainerin, Autorin