

Wenn's unfair wird - clever Paroli bieten! (Non-)Verbale Schlagfertigkeitstechniken für Wissenschaftler*innen

Ziel

- Sie erlangen und bewahren Gelassenheit und Reaktionsfähigkeit in fordernden Kommunikationssituationen
- Sie erlernen nonverbale Strategien im Umgang mit Einwand / Kommentar / Killerphrase
- Sie entwickeln Selbstsicherheit und erweitern Ihren Selbstwert

Beschreibung

Im Rahmen hierarchisch geprägter Organisationskulturen ist die Grenze zwischen freundschaftlicher Stichelei und verletzendem Spruch oft nur sehr schmal. Unfaire Attacken haben eins gemeinsam: Sie kommen unerwartet und treffen Sie völlig überraschend. Kein Wunder, dass Sie oft erst einmal sprachlos sind.

Schlagfertigkeit ist nie nur eine Frage des „Was sage ich“, sondern vielmehr des „Wie sage ich es“.

Sie erlernen in diesem Workshop Möglichkeiten, wie Sie erprobte Muster für schlagfertige Antworten mit körpersprachlichen Mitteln zielführend kombinieren, um klare Grenzen zu setzen.

Statt in die typische „Ich -bin-Schuld-Falle“ zu tappen, verschaffen Sie sich Respekt. Schlagfertigkeit braucht Übung. Der Workshop ist der Startschuss!

Methodik

- Kurzer theoretischer Input
- Einzel- und Gruppenübungen
- Beobachtungs- und Wahrnehmungsübungen, Körpersensibilisierung, Gesprächssimulationen
- Analysegespräche und individuelles Feedback

Voraussetzung

Bitte senden Sie mir Ihr Anliegen und / oder ein Fallbeispiel an workshops@grade.uni-frankfurt.de bis zum **24. Mai 2024**. So kann ein Transfer in den eigenen (Berufs-)Alltag leicht hergestellt werden.

Workshopleitung



Heike Hofmann
körper&sprache, Köln

Heike Hofmann ist Germanistin (MA) und Theaterregisseurin, leitet ihr eigenes Kommunikationsunternehmen körper & sprache in Köln und ist als Kommunikations- und Präsentationstrainerin/Coach in Universitäten, Wissenschaftsorganisationen und Wirtschaftsunternehmen tätig. Sie unterstützt Wissenschaftler*innen mit einem breiten Repertoire von Unterstützungsleistungen, von Einzelcoachings über Workshops bis hin zu Gruppencoachings von Teams diverser Projektantragsformate im Verbund.

Organizational Information

| | |
|------------------|---|
| Sprache / Format | Deutsch / Präsenz |
| Zielgruppe | Promovierende in allen Phasen der Promotion und Postdocs (R2/R3) aller Fachbereiche |
| Datum | Dienstag, 28. Mai 2024, 9:30 – 16:30 |
| Anmeldung | Für die Registrierung klicken Sie bitte hier |