

Kommunikation

Sag mir, was Du willst

► Zum Kommunikationstraining für Unternehmerfrauen reisten Anfang April 2008 zehn Teilnehmerinnen an den Bodensee. Die Damen stellten ganz unterschiedliche Erwartungen an Managementtrainerin Uschi Beck.



► Voll bei der Sache: Die Teilnehmerinnen lernten hilfreiche Tipps für die Kommunikation im Büroalltag kennen

Das Seminar „Queens of Business“ bildete den Auftakt einer neuen Seminarreihe von Uschi Beck. Die Managementtrainerin veranstaltet Kommunikationstrainings für Unternehmer, Unternehmerinnen und Führungskräfte. Ziel ist es, Führungsqualifikationen weiterzuentwickeln und die Fähigkeit zu optimieren, souverän Gespräche und Verhandlungen zu führen. Als Veranstaltungsort hat sie sich die Schlossakademie am Bodensee ausgewählt. Schloss Freudental in Allensbach bietet einen glanzvollen Rahmen mit herrschaftlichem Ambiente, einem herrlichen Garten und einer feinen Küche.

Zur Premiere des zweitägigen Seminars „Kommunikationstraining für Unternehmerfrauen und Frauen mit Verantwortung“ waren zehn Teilnehmerinnen angereist. Die Erwartungen an das Seminar fielen recht un-

terschiedlich aus. Für manche ging es um den Konflikt beim Klartextsprechen gegenüber einem mitarbeitenden Familienangehörigen, andere fragten nach den richtigen Formulierungen, um Wünsche „freundlich, aber bestimmt“ ablehnen zu können, oder nach Möglichkeiten des Abwimmeln von ungebetenen Anrufern. Geschildert wurden unterschiedliche Situationen, die im Arbeitsalltag zu Ärger und unangenehmen Gefühlen führen.

Werkzeugkoffer mit vier Ohren

Veränderungen des eigenen gewohnten Sprechverhaltens sind schwierig. Uschi Beck stellte zunächst ihren „Werkzeugkoffer“ vor, der mit zahlreichen Kommunikations-Modellen und -Strategien Abhilfe schafft. Als interessant empfanden die Da-

Heben leicht gemacht!



Alu-Krane

- ✓ Anhänger- und LKW-Aufbauten
- ✓ Förderhöhe von 25 bis 41 m
- ✓ Nutzlast zwischen 800 und 6.000 kg



Schrägaufzüge

- ✓ Anhänger- und LKW-Aufbauten
- ✓ Förderhöhe von 18 bis 55 m
- ✓ Nutzlast zwischen 150 und 400 kg



Leiterlifte

- ✓ Steckbare Lifte für Baumaterial und Umzugsgut
- ✓ Förderhöhe max. 20 m
- ✓ Nutzlast zwischen 150 und 250 kg

Weitere Infos unter
www.boecker-group.com
oder 0 23 89 / 79 89-0

men die Vorstellung, mit „vier“ Ohren hören zu können. Die Freiheit, selbst zu entscheiden, ob man sich durch eine Aussage persönlich angegriffen fühlt oder ob man stattdessen eine sachliche Antwort geben möchte, überzeugte die Teilnehmerinnen. Sie fühlten sich gestärkt bei der Vorstellung, ihre eigenen Reaktionen selbst steuern zu können. Eine

entstand bei den Teilnehmerinnen eine Interpretationspalette von positiv bis absolut negativ. Bei der Übung wurde deutlich, wie sehr die eigenen Wertungen in eine gehörte Aussage hineingelegt werden. Anwendbar sind diese Ich-Botschaften tagtäglich: „Mit diesen Ich-Formulierungen spreche ich meine Beobachtung aus, beschreibe meine ausgelösten



• Bausteine für eine zielführende Kommunikation

Teilnehmerin bekräftigte: „Eine Technik für die gefühlsmäßige Distanz in schwierigen Gesprächen besteht in der Vorstellung einer durchsichtigen Plexiglaswand zwischen mir und meinem Gesprächspartner. Das habe ich ausprobiert und es hat prima funktioniert.“

Aufzeichnungen mit der Videokamera sorgten für erhellende Selbsterkenntnisse. „Was ich zum Ausdruck bringen will, muss durch meine Körpersprache unterstrichen werden“, stellte eine Teilnehmerin fest. Auf dem Trainingsplan stand auch, die eigene Selbstsicherheit mit Körpersprache auszudrücken und eventuelle Unsicherheiten mit entsprechender Gestik und Mimik zu kompensieren.

Inwiefern jemand ein und denselben Satz mit ganz unterschiedlichen Wirkungen aussprechen kann, war ein weiterer Schwerpunkt. Dabei

Gefühle und teile mein Gesprächsziel mit. Das Bewusstmachen dieser Wirkung auf die Gesprächspartner verbessert das Feedback gegenüber meinen Mitarbeitern“, meinte eine Teilnehmerin.

Training vor der Kamera

Vor der Kamera konnten die Teilnehmerinnen das neu Gelernte ausprobieren und neue Formulierungen testen. So stärkten sie ihre Position als Führungskraft und profitierten von den praxisbezogenen Übungen. Als bereichernd bezeichneten die Damen die Gelegenheit für Gespräche und den Erfahrungsaustausch mit den anderen Unternehmerfrauen. Außerdem sei das eine zeitgemäße Möglichkeit, sich zu vernetzen.

Weitere Informationen gibt es unter www.schlossakademie-bodensee.de. ■

Mit der klaren Konzeption unserer Bauten, den durchdachten Systemlösungen, den hohen Qualitätsmaßstäben und der ansprechenden Architektur haben wir viele Kunden überzeugt.



**Individuelle Gesamtlösungen für jeden Anspruch, kostenbewusstes Bauen...
...weitere Vorteile, die für uns sprechen.**



Maßgebend bei der Reithallenplanung sind auch die individuellen Kundenwünsche, die jede Reithalle zu einem einmaligen Einzelobjekt werden lassen.

Brüninghoff
Holzleimbau
Zimmerer
Beton- und Stahlbau
Fertigbauteile
Schlüsselteiliges Bauen

Brüninghoff GmbH & Co. KG
Industriestraße 14
46359 Heiden/Westfalen
Postfach 11 63
46355 Heiden/Westfalen
Tel. +49 (0) 28 67/97 39-0
Fax +49 (0) 28 67/97 39-900
Internet: www.brueninghoff.de
E-Mail: info@brueninghoff.de