

Seminar-Info

Souveräner Umgang mit Fehlern und Kritik

Angemessen reagieren und konstruktives Feedback geben

Kurzbeschreibung/Seminarinhalt:

Im Arbeitsalltag passieren Fehler, das ist normal. Dass im beruflichen Kontext Kritik geübt wird – an uns oder auch von uns – gehört dementsprechend dazu. Kritik zu empfangen, empfinden wir oft als unangenehm, sie kann heftige Gefühle, wie Kränkung, Peinlichkeit oder Schuld, auslösen. Und doch ist Kritik hilfreich und nützlich: Wenn wir sie „auf dem richtigen Ohr“ hören, können wir davon profitieren und sie als konstruktive Anregung nutzen. Dies wollen wir im Seminar trainieren. Im Fokus stehen die Fragestellungen: Wie kann ich mich beruhigen und „cool“ bleiben, wenn ich mit Kritik konfrontiert werde? Wie reagiere und antworte ich? Und wie kann ich selbst Dinge so sagen, dass sie nicht verletzend sind? Wir beschäftigen uns mit Feedback-Regeln und gewaltfreier Kommunikation, erörtern persönliche Anliegen und probieren aus, wie es gelingen kann, auch in schwierigen Situationen „gut rüberzukommen“. Gerüstet mit kommunikativem Handwerkszeug, bereiten wir in Rollenspielen gemeinsam eigene Feedback-Situationen vor.

Was Sie nach dem Seminar wissen werden:

- Sie lernen, mit den mit Kritik oftmals verbundenen, negativen Gefühlen besser umzugehen.
- Sie kennen Möglichkeiten, verbal angemessen auf Kritik zu reagieren.
- Sie wissen, dass sich häufig auch aus unfairen Botschaften ein konstruktiver Kern heraushören lässt und wie man ihn finden kann.
- Sie haben geübt, Feedback und Kritik so zu formulieren, dass die Angesprochenen Ihre Anregungen gut aufnehmen und umsetzen können.

An wen richtet sich das Seminar?

Schwerbehinderte und ihnen gleichgestellte Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer aus Hamburger Betrieben und Behörden, die sich Anregungen wünschen, wie sie konstruktiv mit Kritik umgehen und selbst konstruktives Feedback geben können.

Seminartermine, Kosten, Veranstaltungsort:

2-Tagesseminar, Dienstag und Mittwoch, 29.01 + 30.01.2019, jeweils 9.00 – 16.30 Uhr

Die Teilnahme an diesem Seminar ist kostenfrei.

Die Veranstaltungen finden bei ARINET in den Räumlichkeiten von NetQ. statt (1. OG).

ARINET, NetQ. Weiterbildung und Beratung, Schauenburgerstraße 6, 20095 Hamburg
Tel. 0 40/38 90 45-15, Fax: 0 40/38 90 45-17, E-Mail: info@netQ-weiterbildung.de

Anmeldung

Souveräner Umgang mit Fehlern und Kritik

Angemessen reagieren und konstruktives Feedback geben

Ich möchte am o.g. 2-Tagesseminar am 29.01 + 30.01.2019 teilnehmen und melde mich hiermit verbindlich an:

Vorname, Name: _____

ggf. Arbeitgeber: _____

Straße: PLZ, Ort: _____

Telefon/E-Mail: _____

Sie können sich entweder per E-Mail anmelden unter

info@netQ-weiterbildung.de

oder drucken Sie das Formular aus und melden sich per Fax an unter

Fax: 0 40/38 90 45-17

oder Sie rufen uns für Ihre Anmeldung einfach an:

Telefon: 0 40/38 90 45-15

Eine Bestätigung senden wir Ihnen nach Eingang Ihrer Anmeldung kurzfristig zu.

Für weitere Informationen zu diesem Seminar und zum gesamten NetQ.-Weiterbildungsangebot steht unser Team Ihnen gern jederzeit zur Verfügung.