

**1 Tag Chancen in der Kommunikation**

Durch Erkennen des Kommunikationsverhaltens können Konflikte und Spannungen im Vorfeld gelöst werden. Dies setzt voraus, dass die Teilnehmer bereit sind, eigens Verhalten selbstkritisch unter die Lupe zu nehmen und Mechanismen, die bestimmte Reaktionen provozieren zu erkennen und zu wandeln.

**Ziel:** Die kommunikative Kompetenz wird erweitert, das Kommunikationsverhalten wird flexibler und variationsreicher. Gespräche werden dadurch bewusster, zielorientierter und strukturierter geführt.

- Inhalte:**
- Erkennen des Transaktionsdreiecks: Opfer – Täter – Verursacher
  - Transaktionsanalyse
  - Selbstbild/Fremdbild
  - Analyse des eigenen Kommunikationsverhaltens
  - Erkennen und Deuten von Kommunikationshemmnissen
  - Grundlagen der Gesprächsführung
  - Aktives Zuhören
  - Positive Sätze formulieren
  - Eigene Empfindungen wahrnehmen