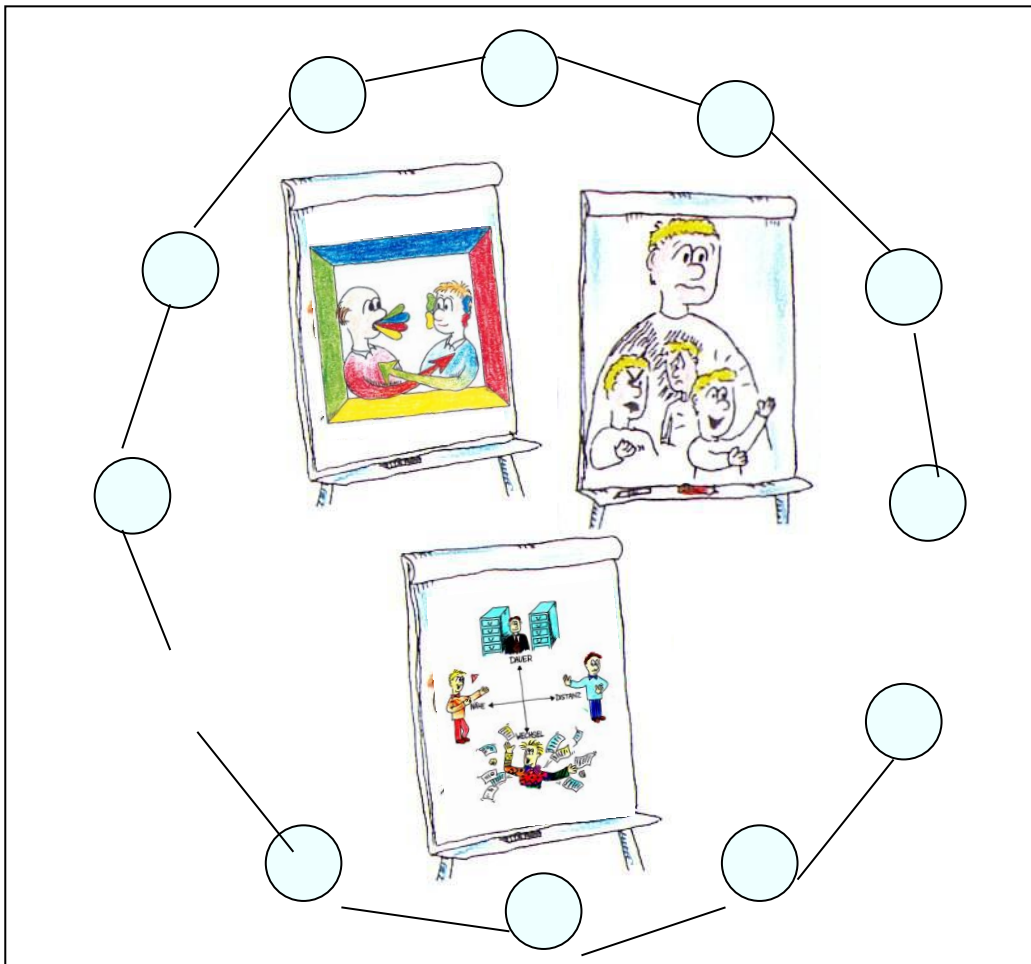




## Seminarbeschreibung



# KBT-Grundkurs: Kommunikationspsychologie für Beratung und Training

## Seminarbeschreibung

Die berufliche Zusammenarbeit steht und fällt mit der Qualität zwischenmenschlicher Verständigung. Manches kann schiefgehen oder überaus mühselig werden, wenn wir als Menschen aneinandergeraten. Gute Kommunikation hängt aber nicht nur vom "guten Willen" ab, sondern auch davon, ob wir durchschauen, was da läuft (in mir, in Dir, zwischen uns) und ob wir fähig sind, auch in schwierigen Situationen und vertrackten Beziehungen so miteinander umzugehen, dass wir weiterhin oder wieder miteinander "können".

Die Psychologie zwischenmenschlicher Kommunikation bietet Wegweiser und Rüstzeug. Sie ist aber davon abgekommen, ein Training für so genanntes ideales Verhalten, womöglich gespickt mit rhetorischen Tricks, anzubieten. Vielmehr soll es darum gehen, die eigene Art, menschliche Kontakte zu gestalten, zu erkennen und weiterzuentwickeln.

Dieser Grundkurs bietet grundlegendes Verständnis für menschliche und zwischenmenschliche Vorgänge, mit der Möglichkeit, sich selbst mit eigenen Praxissituationen einzubringen und dabei das theoretisch Erfahrene mit dem persönlich Erlebten zu verbinden.

Verständliche Wissensvermittlung, behutsame Selbsterfahrung und praxisnahe Übungen sollen ineinandergreifen, so dass die Seminarinhalte bei jedem Teilnehmer auch innerlich ankommen können.

Jeder Vormittag hat einen thematischen Schwerpunkt, nachdem in der Morgenrunde die Art der Zusammenarbeit besprochen worden ist. Die Nachmittage sind für persönliche Praxisbeispiele und Anliegen der Teilnehmer(innen) reserviert; sie werden in Halbgruppen mit erlebnisaktivierenden Methoden bearbeitet (diese Methoden erleben Sie im Grundkurs als Teilnehmer und können sie in einem Aufbaukurs selbst üben).

## Zu den Seminarinhalten

### Das Kommunikationsquadrat

Wenn wir miteinander reden, sind - psychologisch gesehen - auf beiden Seiten 4 „Schnäbel“ und 4 Ohren daran beteiligt, und die Qualität des Gespräches hängt davon ab, in welcher Weise diese zusammenspielen.

Dies soll anhand von Live-Demonstrationen veranschaulicht werden, verbunden mit kleinen Übungen zur Gesprächsdiagnose.

In dieser „quadratischen“ Kommunikationspsychologie Schulz von Thuns sind die vier Kraft- und Störfelder zwischenmenschlichen Umgangs anschaulich dargestellt.

Sie hat nicht nur Bedeutung für das private Miteinander, sondern auch und vor allem für den beruflichen Bereich, wo das Professionelle und das Menschliche ständig miteinander „verzahnt“ sind.



## Das Innere Team



Am zweiten Vormittag schauen wir uns die „Innenseite“ der Kommunikation genauer an.

Wenn ich nach außen hin klar, authentisch und situationsgemäß reagieren will, muss ich „alle beisammen haben“ und eine Einigung all jener inneren Stimmen erreicht haben, die sich in mir zu Wort melden, wenn ich mit jemandem ein Gespräch führe.

In der Kommunikation bekommen wir es nicht nur mit dem Team zu tun, dem wir angehören oder das wir zu leiten haben, sondern auch mit unserem „Inneren Team“. Wie man damit zurechtkommt und die innere Teamfähigkeit stärken kann, ist das Thema des zweiten Vormittags.

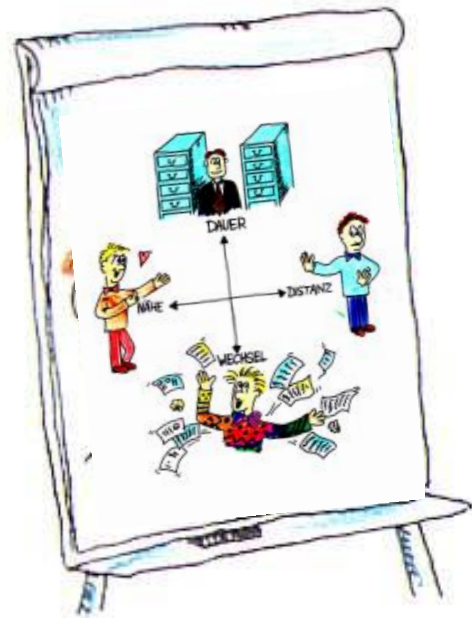
Sie üben die Basismethode: Die Selbsterhebung Ihres Inneren Teams zu einer persönlichen Fragestellung.

## Das Riemann-Thomann-Modell

Menschen sind verschieden. Nicht nur in der Art, wie sie sich geben und den Kontakt zu ihren Mitmenschen gestalten, sondern auch darin, was sie innerlich empfinden und brauchen, um sich im Gespräch und im zwischenmenschlichen Miteinander wohl zu fühlen.

Um mit solchen Unterschieden konstruktiv zurecht zu kommen, wird eine kleine Persönlichkeitslehre vorgestellt:

Wie zeigen sich vier Grundausrichtungen der menschlichen Persönlichkeit im zwischenmenschlichen Verhalten, welche Bedürfnisse (Motivationen), Werte und „Lebensphilosophien“ sind vorherrschend, welche Arten und Weisen, mit Krisen und Missstimmungen umzugehen?



Bei dieser Betrachtung zeigt sich auch, dass je nach persönlicher Ausgangslage die Richtung der Persönlichkeitsentwicklung für verschiedene Menschen unterschiedlich ausfällt: Was der eine (zur Erweiterung seiner Persönlichkeit) dringend braucht, hat der andere schon zuviel! Vielleicht gewinnen Sie durch diesen Vortrag einige Klarheit, welchen Teil Sie in sich „ausbauen“ wollen!

Sie üben, das eigene „Heimatgebiet“ und das anderer Teilnehmer zu erkunden.

## Kommunikationspsychologie für Beratung und Training:

Hilfen für eine gelungene Verbindung von ausgereifter Professionalität und entwickelter Menschlichkeit

In diesem Grundkurs sind Philosophie und Methode der Kommunikationspsychologie nach Schulz von Thun erkennbar geworden:

- Wir nähern uns dem Menschlichen und Zwischenmenschlichen kognitiv über **Kommunikationsmodelle**. Sie helfen uns, fordern uns aber auch heraus, mit ihnen ein Arbeitsbündnis einzugehen. Die drei wichtigsten Modelle wurden bereits im Grundkurs behandelt (Kommunikations-Quadrat, Inneres Team, Riemann-Thomann); drei weitere folgen im Aufbaukurs „Integration der Modelle“ (Wertequadrat, Teufelskreis, Situationsmodell).
- Eine Fortbildung in Kommunikation hat neben den Basics (Modelle und Übungen) auch eine sehr persönliche Seite. Die Nachmittage sind dafür reserviert, individuelle Entwicklungsschritte zu benennen und zu erproben. **Erlebnisaktivierende Methoden** helfen, das Thema zu konkretisieren, für die Gruppe lebendig zu machen und für den Protagonisten zu vertiefen.
- Eine gute Kommunikation verträgt keine Verhaltensschablone, sondern folgt dem **Ideal der Stimmigkeit**: passend zur Situation (die genau erkannt sein will) und passend zu dir selbst (der auch genau erkannt sein will!). Die erlebnisaktivierende Arbeit an den Nachmittagen folgt (explizit oder implizit) immer diesem Stimmigkeits-Kompass.
- Unsere Art, **Gruppen zu leiten** und durch ein Seminar zu führen, ist auch von Ruth Cohn und ihrem TZI-Dreieck („Themenzentrierte Interaktion“) inspiriert. Es fordert uns dazu heraus, drei Faktoren gleich wichtig zu nehmen und (immer wieder neu) in eine (dynamische) Balance zu bringen: Das Thema, die Einzelnen und die Gruppe als Ganzes. Sind wir auf einem dieser drei Augen blind, gerät die Gruppe aus den Fugen – so die Theorie. Und die Praxis? Wir nutzen die Gelegenheit, das gemeinsam erlebte Seminar unter den Aspekten der Gruppenleitung nachträglich noch einmal zu beleuchten. Wie und an welchen Stellen kamen die Prinzipien zur Geltung, wie haben sie sich ausgewirkt?
- Besonders in den Morgenrunden kam das **„metakommunikatorische Prinzip“** zum Tragen: dass wir nicht im Vorhinein wissen können, wie wir am besten miteinander klarkommen können, und daher gut beraten sind, den unplanbaren Prozess (und seine möglichen Beflügelungen und Störungen) in den Blick zu bekommen und darüber in Austausch zu treten. Der Leiter / die Leiterin wird hier zum Anstifter und Moderator dieser gemeinsamen Erkundung und ist selbst ein „betroffener“ Teil davon.

Am letzten Tag unternehmen wir eine Zusammenschau dieses ganzen Ansatzes, mit Rückblick auf die gemeinsamen Tage und mit Vorausblick auf die Aufbaukurse.



Wir wünschen Ihnen Freude und Erfolg beim Mitmachen!