

Intensivtraining Schlag|fer·tig|keit im Gespräch



Foto: Fotolia_22212886

Thema des Trainings

„Wie Du mir, so ich Dir“ oder doch lieber gelassen auf Verbalattacken und Killerphrasen reagieren? Untergriffe eloquent parieren, nonchalant mit aggressiven Zwischenfragen umgehen und bei Störungen emotional stabil bleiben.

Zielpersonen für dieses Training

Mitarbeiter sämtlicher Bereiche/Ebenen, die persönlichen Angriffen souverän Paroli bieten, Nervosität abbauen und mehr Sicherheit für ihre Auftritte erlangen wollen.

Trainingsinhalt

Sind dies Aspekte, die Sie im Zusammenhang mit Schlagfertigkeit in Gespräch, Meeting und Vortrag beschäftigen?

- Reiz-Reaktionsmuster: Was emotional-biologisch abläuft, wie Sie es durchbrechen und sachlich bleiben.
- Typische Angriffe und Killerphrasen antizipieren und mit festen Abwehrroutrinen parieren.
- Wiederkehrende Muster unsachlicher Kritik erkennen und geistesgegenwärtig und flexibel reagieren.
- Wie Sie bewusst ein beredtes Schweigen platzieren.
- Was tun, wenn der „Spaß“ zur Beleidigung wird?
- Den Zwischenrufer zum Stichwortgeber machen.
- Nach Angriff die Führung übernehmen: Rückkehr zum konstruktiven Dialog (Transaktionsanalyse).
- Raus aus der Rechtfertigungsfalle: echtes und scheinbares Entschuldigen oder Abgeben einer Erklärung.
- Falls Ihnen gegenüber jemand die „Sau raus lässt“, was können Sie aus Ihrem „Stall“ ins Rennen schicken?
- Welche Wörter und Phrasen zu vermeiden sind, um die eigene Angriffsfläche möglichst klein zu halten.
- Aus Provokationen, bei denen andere testen wollen „wie Sie so drauf sind“, gestärkt hervorgehen.
- In einer Außenseiterposition (z. B. als Externer) gezielt Verbündete gegen den Angreifer gewinnen.
- *Schlag* und *fertig* - was verträgt die Kundenbeziehung?
- Wenn es „so richtig gesessen hat“, der Kopf rot wird: wie Sie sich wieder selbst motivieren und aufrichten.

Antworten dazu werden Sie sich im Training erarbeiten, alternative Möglichkeiten probieren, vergleichen, üben und wiederholen bis es Ihnen gefällt und sicher sitzt.

Trainingskonzept

Es gibt keine Tipps von der Stange. Sie arbeiten an den zwei Ebenen, die Ihre persönliche Schlagfertigkeit bilden:

1. **Die Regeln der Schlagfertigkeit:** Entdecken und üben Sie die Wirkung effektiver Regeln im Umgang mit Verbalangriffen. Erweitern Sie Ihr Schlagfertigkeitenrepertoire.
2. **Das Regeln der eigenen Schlagfertigkeit:** Werden Sie sich der Wirkung Ihrer persönlichen Möglichkeiten bewusst und stärken Sie diese weiter. Regeln Sie selbst, was Ihren Stil ausmacht und wie weit Sie gehen wollen.

Voraussetzungen

Rhetorisch: keine. **Persönlich:** Der Wille, selbstkritisch an der eigenen rhetorischen Wirkung zu arbeiten, dabei übungsweise Verbalattacken einzustecken und sich durch (spielerische) An-/Untergriffe nicht brüskiert zu fühlen.

Trainingsmethoden und Dramaturgie

Wissensvermittlung und Ausprobieren neuer Kenntnisse wechseln miteinander ab. Der „Rede“-Anteil in Vortrag, Diskussion, Rollenspiel und Stress-Simulation ist breit angelegt und gipfelt in einem verbalen Wettkampf.

Vorbereitung

Vorbereiten einer typischen (Präsentations-, Vortrags-, Gesprächs-)Situation, in der Schlagfertigkeit gefordert ist. Diese Situation ist dann die Grundlage für die Trainingssimulation, bei der die anderen Teilnehmer die Schlagfertigkeit „testen“.

Analyse und individuelle Schwerpunkte

Ein REDEWEISE-Fragebogen zur Analyse des Selbstbildes in Bezug auf das Trainingsthema sowie zur Darlegung der Ziele, die im Training erreicht werden sollen, wird zwei Wochen vor dem Training ausgefüllt.

Dauer und Zeitrahmen

2 Tage: 1. Tag 9:00 - 19:00 Uhr, 2. Tag: 9:00 - 17:00 Uhr. Pausen sind darin integriert (zur Übung/Vorbereitung). Bitte berücksichtigen: Während des Trainings gibt es keine Zeit, um andere Arbeiten nebenher zu erledigen.

Teilnehmerzahl

Maximal 8 Personen, um intensiv trainieren zu können.