



# FrauenKolleg

Berufliche und persönliche Weiterbildung



## Seminare 2024 Kommunikation



### **Klartext reden!**

Wie Frauen sagen, was  
sie wollen und bekommen,  
was sie möchten



Für mehr Infos  
QR-Code scannen!



# Klartext reden! Wie Frauen sagen, was sie wollen und bekommen, was sie möchten

Reden wir doch einfach Klartext! Sagen wir ohne Umschweife, was wir meinen und wollen – klar und direkt! Gar nicht so einfach? Stimmt. Oft sind wir lieber still oder sagen nur halbherzig unsere Meinung. Zu wichtig sind uns Harmonie und gute Beziehungen. Das ist auch gut so. Doch manchmal ist es besser, das Risiko einzugehen anzuecken, um an der Meinungsbildung teilzuhaben, eine Idee durchzusetzen oder sich abzugrenzen. In diesem Seminar üben Sie, wie Sie sich offen äußern können, ohne andere vor den Kopf zu stoßen. Sie lernen zu kritisieren ohne zu kränken und „Nein“ zu sagen, ohne zu verprellen

## **Ziel:**

Klare und wertschätzende Kommunikation

## **Seminarinhalte:**

- Was heißt Klartext reden? Modelle und Beispiele
- Was hindert uns daran, Klartext zu reden?
- Sprach- und Gesprächsverhalten von Frauen und Männern
- Psychologische Hilfen für mehr Klartext
- Position beziehen: Was will ich überhaupt?
- Klar sein: auch mit Körper und Stimme
- Die (unangenehme) Wahrheit sagen, bloß wie?
- Nein sagen ohne Schuldgefühle
- Klärungsgespräche führen: klar und positiv
- Rollenspiele (freiwillig) mit Videofeedback

## **Termine:**

**1. - 3. Juli 2024, Mo von 15 bis Mi 15 Uhr**

**Ort:** Wald-Michelbach im Odenwald-Institut

**Do – Fr, 28. - 29. November 2024, jeweils von 9–17 Uhr**

**Ort:** Stuttgart

## **Seminargebühr:**

295 € ermäßigter Preis für Privatzahlende

395 € für Firmen, Einrichtungen und Selbständige

plus Ü/V

Informationen unter [www.odenwaldinstitut.de](http://www.odenwaldinstitut.de)

**Trainerin:** Carolin Fey, M.A. Allg. Rhetorik, Kommunikationstrainerin, Geschäftsführerin der FRAUENKOLLEG GmbH

## **Haben Sie Fragen oder möchten Sie sich anmelden?**

Einfach anrufen, mailen oder QR-Code Website scannen

## **FrauenKolleg GmbH**

### **Berufliche und persönliche Weiterbildung**

Kleine Falterstr. 26 - 70597 Stuttgart

Telefon: 0711 / 778 70 44

info@frauenkolleg.de

[www.frauenkolleg.de](http://www.frauenkolleg.de)