

## Ich und die Anderen

### **Beschreibung:**

Bei der Zusammenarbeit geht manchmal etwas vergessen – das „Zusammen“.

In der heutigen Zeit sind Projekte meist nicht mehr alleine zu bewältigen. Einer alleine kann kaum alle Anforderungen abdecken. Unterstützung wird immer wichtiger. Dabei gehören die Beteiligten meist unterschiedlichen Teams und Ebenen an.



Die Kommunikation ist dabei der entscheidende Faktor. Wie bekomme ich Unterstützung? Wie mache ich den Anderen bewusst, dass sie meine Unterstützung haben und brauchen? Wo ist überhaupt Unterstützung notwendig?

Worte wirken Wunder!

### **Inhalt:**

#### **Teil 1 - Lernen und Veränderungen (Dauer: 1 Tag)**

Veränderung

- Wie laufen Veränderungen ab?
- Sicherheit – Die Bremse
- Motivation

Über das Lernen

- Das Gedächtnis
- Lernen lernen

Der eigene Standpunkt und die Anderen

- Mitfühlen
- Die Sicht des Gegenüber

Die Sicht der Dinge

- Entscheidungen fällen und akzeptieren
- Unterstützung fordern und geben
- Die Rolle im Projekt

#### **Teil 2 - Das Selbstbild im Team (Dauer: 1 Tag)**

Das Selbstverständnis

- Selbstbild/Fremdbild
- Stärken erkennen
- Die Gedanken und das Selbstvertrauen
- Zuhören – Auch sich selbst

Die Sicht von außen

- Das Selbstbild und Kritik
- Feedback geben und nehmen