

LEITLINIEN UND ORGANISATIONSKULTUR		INDIVIDUELLE KOMPETENZ-ENTWICKLUNG		FÜHRUNG UND PERSONALMANAGEMENT		ORGANISATION UND ARBEITSTECHNIKEN	
Werte, Regeln, Vorschriften	Chancengleichheit	Gesund bleiben am Arbeitsplatz	Karriere machen bei der Stadt Mannheim	Führung - unsere Grundlagen	Führungs-kompetenz stärken	Projekt- und Prozessmanagement	Verwaltungs-wissen
Umgang mit Veränderung	Kommunikation, Kooperation & Zusammenarbeit	Persönliche und soziale Kompetenzen	Coachings und Beratungsangebote	Personalentwicklung und Recruiting	Arbeitsrecht und Personalverwaltung	IT-Training	Tools, Arbeitstechniken und -methoden

## ICH HÖRE DAS, WAS DU NICHT SAGST! Das Kommunikationsquadrat nach Schulz von Thun

ZU WENIG ANMELDUNGEN  
SEMINAR WURDE  
ABGESAGT

**Zielgruppe**  
alle Mitarbeiter\*innen

**Einführung**  
Haben Sie sich während eines Gesprächs auch schon einmal verunsichert und unverstanden gefühlt? Oder blieben Sie auch schon einmal irritiert und ratlos zurück, nachdem Ihr Gesprächsgegenüber überraschend heftig oder gekränkt reagiert hat, obwohl Sie, aus Ihrer Sicht, völlig sachlich geblieben sind?

In der Kommunikation gibt es nicht nur diejenige Person, die spricht – die\*den Sender\*in –, sondern gleichzeitig auch eine\*n, die\*der zuhört – die\*den Empfänger\*in. Das, was der\*die Sender\*in mit einer Äußerung ausdrücken und/oder bewirken will, entspricht oftmals nicht dem, was von dem\*der Empfänger\*in gehört, bzw. interpretiert wird.

Also besser gar nicht mehr reden? Nein! Denn unser Seminar unterstützt Sie darin, unterschiedliche Gesprächsebenen frühzeitig zu erkennen und konstruktiv zu nutzen. Das fördert kommunikative Klarheit und flexible Dialoggestaltung. Denn jede Botschaft hat immer vier Seiten!

- Ziel**
- Die verschiedenen Ebenen des Kommunikationsquadrates nach Schulz von Thun sind Ihnen bekannt.
  - Sie erkennen „Verwechslungen“ im Gespräch und ihr Konfliktpotential.
  - Sie wissen, wie Sie Stress und Ärger durch Klärung der Kommunikationsebenen vermeiden können.
  - Sie können sich gezielt auf ein Gespräch mit Blick auf die einzelnen Ebenen vorbereiten.

- Leitlinien- bzw. DV-Bezug**
- Wir gehen miteinander in den Dialog.
  - Wir unterstützen uns gegenseitig.
  - Wir reflektieren unsere Prozesse und Ergebnisse.

- Programm**
- Das Kommunikationsquadrat nach Schulz von Thun
  - Praxisbeispiele
  - Stress und Ärger durch Klärung der Kommunikationsebenen vermeiden
  - Gemeinsame Reflexion
  - Ihre Fragen

**Seminarnummer:**  
Q1.1.4.1

**Methode:**  
Theoretischer Impuls mit praktischen Beispielen, Übung

**Referent\*in:**  
Malwine Frey,  
Psychoziale Beratungsstelle,  
Stadt Mannheim

**Termin:**  
04.02.2025

**Zeit:**  
09:00 Uhr – 11:00 Uhr

**Ort:**  
Studieninstitut Rhein-Neckar,  
U 1, 16-19, 68161 Mannheim,  
Raum 518

**Anmeldeschluss:**  
21.01.2025

**Gebühr:**  
zentral finanziert

[ANMELDEFORMULAR](#)

