



espace de formations fachstelle für erwachsenenbildung

rue Sessler 7/Sesslerstrasse 7

2502 Biel/Bienne

032 322 66 02

[www.effe.ch](http://www.effe.ch)

[info@effe.ch](mailto:info@effe.ch)

## Schlüssel zu einer effektiven Kommunikation

### Ziele

Sich eine Grundbildung zu Kommunikation zulegen an Hand von gängigen Modellen. Die Mechanismen der Kommunikation erkennen und klären. Einen ersten Zugang zu aktivem Zuhören finden und die andern Diskussionsteilnehmenden verstehen. Den Stellenwert und die Techniken von Feedback und Fragetechniken kennen lernen. Die erworbenen Kenntnisse an Hand von Übungen in die Praxis umsetzen.

### Inhalte

Wege und Irrwege einer Botschaft  
Stellenwert der nonverbalen Kommunikation  
Aktives Zuhören und Reformulieren  
Effektive Mittel: Ich – Botschaften, positive Rückmeldungen  
Qualität des Feedbacks  
Vereinfachen und Verzerren der Kommunikation  
Faktoren, welche die Kommunikation beeinflussen  
Verschiedene Hörtechniken  
Fragetechniken

### Zielpublikum

Alle Personen, die ihre Kommunikationskompetenzen verbessern möchten

### Daten und Dauer

Nach Vereinbarung

### Leitung

ErwachsenenbildnerIn von effe

### Preis

CHF 500.-