

**Martina Weisel**

**Telefon:** 06132-442577

**Mobil:** 0172-6140559

[mail@kluge-wege-gehen.de](mailto:mail@kluge-wege-gehen.de)



### **Seminartitel: Ich wäre so gerne schlagfertig!**

„Wäre mir das doch nur früher eingefallen!“ –Stunden später fällt uns die richtige Erwiderung auf die Spitze, die Anspielung, die Unverschämtheit ein. Leider zu spät. Angemessen und (möglichst) gelassen auf Verbalattacken reagieren zu können, ist beruflich und privat wichtig. Wir beschäftigen uns mit den physiologischen und psychologischen Reaktionen. Was hindert einen verbal zurückzuschlagen oder zumindest einen Angriff zu parieren. Es geht nicht darum arrogant zu werden, sondern souverän. Selbstanalyse, Selbsteinschätzung sind zunächst nötig, um für sich den passenden Weg zu finden, um anderen auf Augenhöhe zu begegnen und authentisch paroli bieten zu können. Ziel ist das Erlernen von Strategien, die man bei einem verbalen Schlagabtausch benötigt. Sie erfahren, was es zu beachten gibt, um Ihren Worten auch DEN Nachdruck zu verleihen, der Sie gelassen und schlagfertig erscheinen lässt.

#### **Inhalte:**

- Körpersprache, Mimik, Gestik
- Die Opferrolle
- Situationsanalyse (Gegner, Mitspieler, Verbündete)
- Kommunikation: Sachebene vs. Emotionale Ebene
- Stärken stärken, Schwächen nutzen
- Killerphrasen
- Beispiele