

WEITERBILDUNG

bsd.

WIRKUNGS- VOLLE GESPRÄCHS- FÜHRUNG

2025

**WO BILDUNG
KEIN
DETAIL IST**

WIRKUNGSVOLLE GE- SPRÄCHSFÜHRUNG 2025

Kursthemen und -daten

- **MODUL I: Grundlagen der Kommunikation I**
Mittwoch, 05. November 2025, 18.15 – 20.45 Uhr
- **MODUL I: Grundlagen der Kommunikation II**
Mittwoch, 12. November 2025, 18.15 – 20.45 Uhr
- **MODUL II: Selbstpräsentation und Rhetorik**
Mittwoch, 19. November 2025, 18.15 – 20.45 Uhr
- **MODUL III: Coachingmethoden**
Mittwoch, 26. November 2025, 18.15 – 20.45 Uhr

Kursort

bsd. Berufsfachschule des Detailhandels Bern
Postgasse 66
3011 Bern

Kurskosten

Gesamtpaket 3er-Kurs	CHF 380.00
Modul I	CHF 220.00
Module II + II je	CHF 120.00

Kursanmeldung

Melden Sie sich online unter www.bsd-bern.ch/weiterbildung oder mit dem Anmeldeformular an.

Referentin

Judith Diener, Erwachsenenbildnerin HF und Sprachlehrerin

GRUNDLAGEN DER KOMMUNIKATION

Kann ich das, was ich denke, fühle und sagen will, ausdrücken?

Habe ich das, was ich sagen will, so formuliert, dass es für meine Kommunikationspartner: innen verständlich ist?

Kommt meine Nachricht bei den Empfängern an, ohne dass die Nachricht interpretiert wird und Missverständnisse entstehen?

Quelle: Verhaltensforschung nach Konrad Lorenz (1903-1989)

Kommunikation ist das Fundament, auf dem wir zwischenmenschliche Beziehungen aufbauen. Sie ist das Instrument um Wünsche, Gefühle und Erwartungen auszutauschen.

Ziele

- Sie lernen das Sender-Empfänger-Modell genauer kennen, eruieren mögliche Störungen im Kommunikationsprozess und vermeiden diese in Gesprächssituationen.
- Kommunikationstechniken: Sie trainieren aktives Zuhören, eine klare Ausdrucksweise auf Augenhöhe und vermeiden so Missverständnisse.

Inhalt

- Das einfache und erweiterte Kommunikationsmodell und der persönliche Nutzen davon
- Störungen / Missverständnisse in der Kommunikation
- Kommunikationstechniken trainieren: Ich-Botschaften, aktives Zuhören, wirksame Fragetechnik, Metakommunikation
- Gesprächssituationen trainieren

Kursdatum/Zeit

Mittwoch, 05. November 2025, 18.15 – 20.45 Uhr

TEAMKOMMUNIKATION

Gute Teamkommunikation bedeutet heute weit mehr als nur Informationen auszutauschen. Kommunikation ist wirksam, wenn sie klar, stimmig und authentisch ist.

Ziel

- Sach- und Beziehungsebene in Gesprächssituationen unterscheiden: situationsbezogener Umgang – wertschätzender Umgang
- Emotionen im Gesprächsverlauf wahrnehmen und steuern
- Feedback geben

Inhalt

- Gesprächstypen
- «Kommunikationsspiele»
- Den Kommunikationsstil, der zur eigenen Persönlichkeit und zur Situation passt, weiterentwickeln
- Gesprächssituationen trainieren

Kursdatum/Zeit

Mittwoch, 12. November 2025, 18.15 – 20.45 Uhr

(SELBST)PRÄSENTATION UND RHETORIK

Präsentation und Rhetorik bilden die Grundlagen für eine erfolgreiche Vermittlung von Inhalten, sei es in beruflichen oder privaten Situationen. Rhetorik umfasst eine überzeugende Argumentation, ein bewusster Einsatz von Sprache und den gezielten Einsatz von Körpersprache, Stimme und Ausdruck, um Inhalte wirksam weiterzugeben.

Ziel

SIE

- ... sprechen selbstbewusst vor einem Publikum,
- ... argumentieren überzeugend,
- ... setzen Stimme, Mimik und Gestik gezielt ein, um Ihre Inhalte zu unterstreichen und ihr Publikum für Ihre Anliegen zu gewinnen
- und Sie setzen ansprechende Visualisierungen ein.

Inhalt

- Inhalt und Form einer Präsentation
- Überzeugend und authentisch auftreten
- Argumentieren
- Wortschatz
- Auftritte trainieren

Kursdatum/Zeit

Mittwoch, 19. November 2025, 18.15 – 20.45 Uhr

COACHING

Coaching ist ein individueller, lösungsfokussierter Begleitungsprozess, der Menschen dabei unterstützt, eigene Strategien und Lösungen zu entwickeln, um persönliche oder berufliche Ziele zu erreichen. - Coaching ist Hilfe zur Selbsthilfe und kein Arzt-Patient-Verhältnis.

Ziel

- Sie erhalten einen ersten Einblick in das Coaching-Gespräch und trainieren Situationen.

Inhalt

- Coaching-Formen
- In der Rolle als Coach
- Leitfaden für das Coaching-Gespräch
- Fragetechnik
- Situationen trainieren

Kursdatum/Zeit

Mittwoch, 26. November 2025, 18.15 – 20.45 Uhr