

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 Prozess-management	Verwaltungswissen
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

## OFFEN UND ANSPRECHBAR SEIN

Wie Sie gute Arbeitsbeziehungen aufbauen und Sympathiepunkte sammeln

### Zielgruppe

alle Mitarbeiter\*innen

### Einführung

Positive zwischenmenschliche Beziehungen sind ein zentraler Faktor für Ihren Erfolg im Arbeitsleben. Was aber macht eine gute Beziehungskompetenz aus? Der erste Schritt und die Basis für jede persönliche Weiterentwicklung ist immer eine realistische Selbsteinschätzung. Bewusste oder unbewusste Signale, sei es durch Körpersprache oder andere Kommunikationsformen, können einen erheblichen Einfluss darauf haben, wie Sie von anderen wahrgenommen und eingeschätzt werden. Schärfen Sie daher Ihre Wahrnehmung für Ihre eigenen Verhaltensweisen und erweitern Sie Ihren Handlungsspielraum. Erfahren Sie, wie Sie vermeiden können, immer wieder falsch verstanden zu werden oder auf andere ungewollt distanziert oder ablehnend zu wirken.

Im Seminar lernen Sie erprobte Strategien kennen, wie Sie offener und ansprechbarer auf andere wirken. Diese Strategien tragen zu einer positiven Arbeitsatmosphäre bei und helfen Ihnen, mit unterschiedlichen Charakteren gut zusammenzuarbeiten – auch mit als schwierig empfundenen Gesprächspartner\*innen und in Formaten wie Online-Meetings.

### Ziel

- Sie kennen die wesentlichen Faktoren von Beziehungskompetenz und die Wirkung von bewussten und unbewussten Signalen in der Interaktion.
- Sie sind in der Lage, Ihre Verhaltensweisen und Wirkungen im Umgang mit anderen Menschen zu analysieren.
- Sie vertiefen Ihre eigenen Potenziale, um Ihre beruflichen Beziehungen positiv zu gestalten.

### Programm

#### Theoretische Einführung

- Was verstehen wir unter Beziehungskompetenz?
- Eigene Verhaltens- und Kommunikationsmuster erkennen
- Strategien zur positiven Gestaltung von Arbeitsbeziehungen
- „Schwierige“ Beziehungen am Arbeitsplatz

#### Praktische Anwendung

- Reflexion der persönlichen Stärken und Schwächen
- Entwicklung von Handlungsalternativen für eigene Herausforderungen
- Besonderheiten der Kommunikation auf Distanz

**Seminarnummer:**  
Q2.2.3.2

**Methode:**  
Theoretischer Input, Gruppenarbeit, Selbstreflexion, Feedback

**Referent\*in:**  
Claudia Haas-Steigerwald  
Kommunikationstrainerin und Dozentin

**Termin:**  
14.05.2025

**Zeit:**  
08:30 Uhr – 16:30 Uhr

**Ort:**  
Studieninstitut Rhein-Neckar, U 1,  
16-19, 68161 Mannheim  
Raum 521

**Anmeldeschluss:**  
09.04.2025

**Gebühr:**  
zentral finanziert

### ANMELDEFORMULAR

