

4. und 5. Mai 2022 als **Präsenz-Seminar in Berlin** oder
24. und 31. August 2022 als **Live-Online-Seminar**

Souveräner Umgang mit schwierigen Zeitgenossen

Wie Sie sich abgrenzen und selbst schützen,
ohne anzuecken

www.euroforum.de/zeitgenossen

euroforum
Live Experience by **HANDELSBLATT MEDIA GROUP**



Wirksame Instrumente für Ihren Erfolg mit schwierigen Zeitgenossen

Sie wollen für einen „schwierigen Zeitgenossen“ Verständnis zeigen, ihr oder ihm freundlich begegnen und kooperieren. Sie möchten Lösungen finden statt Probleme diskutieren. Aber manchmal wird einem dieses Vorhaben zunichte gemacht. Denn meckernde Vorgesetzte, nörgelnde Kolleg:innen oder freche Kund:innen können einem das Leben schwer machen. Da helfen Postkarten-Weisheiten wie „Schwierige Wege führen zu schönen Zielen“ nicht weiter. Es braucht andere Lösungen auf anderen Wegen.

In diesem Seminar erhalten Sie praktische und schnell wirksame Instrumente aus drei Bereichen:

- **Rhetorik:** Wie Sie sich gegen herausfordernde Menschen wappnen.
- **Psychologie:** Wie Sie Tricks oder Maschen von schwierigen Zeitgenossen erkennen und psychologisch damit umgehen können.
- **Mentale Stärke:** Wie Sie bei sich bleiben können, ohne anzugreifen und Öl ins Feuer zu gießen.

Ihr Experte



Christian Bremer, Jahrgang 1972, ist als Redner, Autor und Seminarveranstalter einer der gefragtesten deutschsprachigen Experten für Gelassenheit und laut SAT 1 „Deutschlands Stress-experte Nr. 1“. Er zeigt seit mehr als 25 Jahren mit großer Begeisterung, wie einfach souveräne Gelassenheit sein kann – ganz ohne Esoterik. Sein Credo: „Gelassenheit ist doch kinderleicht, wenn man weiß, wie es geht“. Wie Ärger, Druck und Stress reduziert wird, hat er bereits ca. 57.000 Menschen in mehr als 4.500 Veranstaltungen gezeigt.

Gute Gründe für Ihre Teilnahme

- Nach dem Seminar können Sie sich besser auf schwierige Menschen vorbereiten und erleben mehr Kontrolle in herausfordernden Situationen.
- Schon in den Folgetagen werden Sie sich abgrenzen können, ohne dass Ihnen alles egal ist und ohne dabei arrogant zu wirken.
- Ihr neuer Fokus auf das, was Sie im Umgang mit schwierigen Zeitgenossen beeinflussen können, zeigt Ihnen ganz neue Handlungsmöglichkeiten auf.
- Sie werden schwierige Menschen immer weniger als Angriff, sondern immer öfter als willkommene Trainingspartner:innen für Ihre Gelassenheit und mentale Stärke sehen.
- Sie trainieren im kleinen Kreis mit maximal 15 Teilnehmenden. So kann der Trainer individuell auf Ihre Themen eingehen.
- Nach Abschluss des Seminars erhalten Sie ein Zertifikat, das Ihr neu erworbenes Wissen dokumentiert.

Zeitplan

Präsenz-Seminar:

4. Mai 2022, 10:00 – 17:00 Uhr und 5. Mai 2022, 9:00 – 16:00 Uhr

Live-Online-Seminar:

24. und 31. August 2022, jeweils 9.00 bis 13.00 Uhr

Die Inhalte werden je Format in unterschiedlicher Intensität bearbeitet.

Ihre Wahl

Präsenz-Seminar:

Sie gönnen sich eine Auszeit vom (Home)Office und treffen den Trainer und die Teilnehmenden face-to-face.

Live-Online-Seminar:

Sie nehmen aus Ihrem gewohnten Umfeld teil, sparen Zeit und Reisekosten und profitieren vom reduzierten Digitalpreis.

Inhalte

Ihre Haltung bestimmt Ihren Erfolg im Umgang mit schwierigen Zeitgenossen

- Selbstreflexion: Welche drei Typen von schwierigen Zeitgenossen bringen Sie am meisten auf die Palme?
- Welche Grundsätze gilt es im Umgang mit schwierigen Menschen zu beherzigen?
- Was sind typische Stolperfallen im Umgang mit Nörglern, Meckerern und Blockierern?
- Die 7 wichtigsten Techniken, um die Balance zwischen dem Abgrenzen vom anderen und dem Eingehen auf den anderen zu halten.



Rhetorik: Wie Sie sich gegen herausfordernde Menschen wappnen

- Konkrete rhetorische Techniken, um Ihre eigenen Ziele im Kontakt mit schwierigen Zeitgenossen zu erreichen.
- Wie Sie aus dem Gegeneinander ein Miteinander machen – wenn die Chance besteht und Sie das wollen.
- Wie Sie Angriffe geschickt abwehren.
- Über den Umgang mit Menschen, die immer nur Ausreden haben.
- Wie Sie (mit gutem Gewissen) ansprechen, was Sie beim anderen stört.
- Wann ist es gut, ein Gespräch oder Kontakt abubrechen? Und wie geht das, ohne selbst dabei große Nachteile zu haben?



Psychologie:

So erkennen Sie Tricks oder Maschen und erfahren, wie Sie psychologisch damit umgehen können

- Etwas Verständnis hilft dabei, sich mit schwierigen Zeitgenossen zu beschäftigen – wenn man ihnen nicht ausweichen kann.
- Warum machen es sich manche Menschen selbst so schwer? Niemand will schlecht gelaunt, gegen alles sein und immer nur schlechte Laune verbreiten. Oder vielleicht doch?
- Die Rolle von Bedürfnissen und wie Sie diese verwenden können, um den anderen vielleicht doch noch zu erreichen.
- Was tun, wenn der andere so emotional wird, dass er mit rationalen Argumenten nicht mehr zu erreichen ist?

Mentale Stärke:

Wie Sie möglichst gelassen und bei sich bleiben können, ohne anzugreifen und Öl ins Feuer zu gießen

- Die Chance der mentalen Stärke besteht darin, durch neue Sichtweisen zur mentalen Befreiung und neuer Energie zu kommen.
- Eigene Denk- und Bewertungsmuster erkennen: Seien Sie mal wegen eines nervigen Zeitgenossen verärgert, ohne irgendwas über ihn zu denken. Das ist unmöglich, weil auch unsere eigene Bewertung dazu führt, dass wir genervt sind – oder nicht.
- Runter von der Palme: Mit welchen konkreten Techniken Sie es schaffen, sich nicht mehr so mitreißen zu lassen.
- Die Kunst der Selbstkontrolle im Kontakt mit schwierigen Zeitgenossen: Den Nörgler auch mal nörgeln lassen, ohne davon genervt zu sein.



Jetzt anmelden:
www.euroforum.de/zeitgenossen



IHRE INVESTITION

4. und 5. Mai 2022, 2 Tage in Berlin **2.000 €** p.P. zzgl. MwSt. (2.380 € inkl. MwSt.) (P1108017)
24. und 31. August 2022, 2 Vormittage online **850 €** p.P. zzgl. MwSt. (1.011,50 € inkl. MwSt.) (P1108078)

Im Preis sind umfassende Unterlagen enthalten.
Sie können jederzeit ohne zusätzliche Kosten eine:n Ersatzteilnehmer:in benennen.
Unsere ausführlichen Teilnahmebedingungen finden Sie unter: www.euroforum.de/agb

VERANSTALTUNGSORT

Sheraton Berlin Grand Hotel Esplanade (ehem. Grand Hotel Esplanade Berlin)
Lützowufer 15, 10785 Berlin, +49 30 25478-0



Am Abend des ersten Veranstaltungstags lädt das Sheraton Berlin Grand Hotel Sie herzlich zu einem Umtrunk ein.
Im Tagungshotel steht Ihnen ein begrenztes Zimmerkontingent zum ermäßigten Preis zur Verfügung.
Bitte nehmen Sie die Zimmerreservierung direkt im Hotel unter dem Stichwort „Euroforum“ vor.

TECHNISCHER ABLAUF UND SYSTEMANFORDERUNGEN

Das Online-Seminar findet im Internet, live und interaktiv statt (Zoom-Software, Teilnahme auch browserbasiert möglich).
Sie benötigen eine stabile Internetverbindung. Folgende Browser sind beispielhaft unter Windows möglich: Internet-Explorer ab Version 8.0, Mozilla Firefox, Google Chrome. Als Teilnehmer:in nehmen Sie von verschiedenen Orten aus an Ihrem Endgerät teil, das über Kamera und Ton verfügt. Sie sehen Präsentationsunterlagen und hören den Vortrag unseres Trainers über Internet-Telefonie (VoIP) oder die klassische Telefonverbindung. Zoom unterstützt neben allen gängigen PC-Mikrofonen oder Lautsprechern auch die Einwahl über das Telefon. Allerdings ist das Arbeiten mit PC-Headset bei Seminaren deutlich komfortabler. Vor dem Online-Seminar erhalten Sie eine Einladung mit einem Zugangslink und einer Meeting-Kennnummer sowie die Möglichkeit für einen Technik-Check. Für die Teilnahme über mobile Endgeräte empfehlen wir die Zoom-App.

IHR PLUS

Als Teilnehmer:in unserer Euroforum Veranstaltungen erhalten Sie von uns den Handelsblatt Business Zugang für 4 Wochen kostenfrei. Das Angebot endet automatisch. Sie erhalten die Zugangsinformationen per E-Mail von der Handelsblatt GmbH. Zu diesem Zwecke leiten wir Ihre Kontaktdaten an die Handelsblatt GmbH weiter. Diesem kostenfreien Service können Sie natürlich jederzeit widersprechen.

NEWSLETTER

Abonnieren Sie den monatlichen E-Mail Newsletter und erhalten Sie aktuelle und interessante Informationen zu Ihren Schwerpunktthemen: www.euroforum.de/newsletter

4. und 5. Mai 2022 als **Präsenz-Seminar in Berlin** oder
24. und 31. August 2022 als **Live-Online-Seminar**

Souveräner Umgang mit schwierigen Zeitgenossen

Wie Sie sich abgrenzen und selbst schützen, ohne anzuecken

Infoline

+49 211 8874-3346

Haben Sie Fragen zu diesem Seminar?
Wir helfen Ihnen gerne weiter.

Kundenberatung und Anmeldung



Sabine Bock
anmeldung@euroforum.com

Dieses Seminar bieten wir auch als Inhouse-Schulung an.
Bei Interesse kommen Sie gerne auf uns zu.

Inhalt und Konzeption



Claudia Boerl
Training Production Lead
c.boerl@handelsblattgroup.com

