

KOMMUNIKATIONSTRAINING FÜR EINSTEIGER

WIE SIE SCHRITT FÜR SCHRITT IHRE KOMMUNIKATION, SMALLTALK UND
GESPRÄCHSFÜHRUNG VERBESSERN FÜR GRÖßERE BELIEBTHEIT, MEHR
KONTAKTE UND NEUE FREUNDE



Alle Ratschläge in diesem Buch wurden sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors beziehungsweise des Verlags für jegliche Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

INHALT

Das erwartet Sie in diesem Ratgeber

Grundlagen der Kommunikation

Der Schlüssel zum Erfolg

Basismodelle der Kommunikation

Verschiedene Kommunikationstypen erkennen und verstehen

Von Kopf bis Fuß vorbereitet

Körper – wenn unsere Körpersprache uns zu einem offenen Buch macht

Geist – das richtige Mindset regelt den Rest

Sprache – in der Sprache liegt die Kraft

Die vier Stadien erfolgreicher Gesprächsführung

Stadium 1: Gesprächseinstieg

Stadium 2: Wahl des Gesprächsthemas

Stadium 3: Interaktion mit dem Gegenüber

Stadium 4: Gesprächsschluss

10 Anfängerfehler und wie Sie sie vermeiden können

Langfristiger Erfolg

Das erwartet Sie in diesem Ratgeber

Ein gutes Gespräch verbindet. Es gibt viele Situationen, in denen die richtigen Worte Sie an Ihr Ziel bringen können. Bei Vorstellungsgesprächen, Verhandlungen, im Berufsleben allgemein, an der Kasse im Supermarkt oder der einfache Small Talk mit einem Freund; die richtige Kommunikation hilft Ihnen immer weiter. Durch optimale Kommunikationstaktiken können Sie leichter und schneller neue Kontakte knüpfen, Ihre Ziele erreichen oder wichtige Informationen gewinnen.

Allerdings ist es manchmal gar nicht so leicht, ein solches Gespräch zu führen. Kommunikation beinhaltet mehr als nur das gesprochene Wort. Ihre Körpersprache, Gestik, Mimik und Ihre Stimme, ja sogar Ihr Mindset und Ihre innere Gefühlslage spielen eine entscheidende Rolle in einem Gespräch. Genau aus diesem Grund ist erfolgreiche Kommunikation so kompliziert.

Fällt es Ihnen zum Beispiel schwer, mit anderen Menschen ins Gespräch zu kommen oder den passenden Gesprächseinstieg zu finden? Wissen Sie nicht, wie Sie sich durchsetzen und eine Diskussion für sich gewinnen können? Oder fühlen Sie sich einfach unsicher im Gespräch mit Fremden?

Um solche Hürden zu überwinden, soll Ihnen dieser Ratgeber Übungen und Anleitungen bereitstellen, welche Ihnen auf dem Weg zu einem Kommunikationsprofi helfen werden.

In einem ersten Schritt lernen Sie grundlegende Kommunikationsmodelle und wichtige Gesprächstechniken kennen. Aufbauend auf diesen Grundlagen analysieren Sie

Ihre Stärken und Schwächen und arbeiten gezielt daran, diese zu verbessern. Sie werden sich mit Ihrem eigenen Kommunikationstyp auseinandersetzen und lernen, wie Sie andere gekonnt einschätzen und besser auf sie eingehen können.

Zusätzlich gebe ich Ihnen verschiedene Tipps und Übungen an die Hand, die Sie sofort umsetzen und in Ihren Alltag integrieren können, um Ihre Gesprächsführung zu verbessern.