

# Durchsetzungsvermögen

CEGOS SWISS. ONE ESSENTIAL AT A TIME.



## Was bringt es mir?

**Selbstbewusste Kommunikation ist der Kern einer effektiven Interaktion.**

Durchsetzungsvermögen ist nicht einfach nur eine Kompetenz; es ist der Dreh- und Angelpunkt für Erfolg in vielerlei Funktionen in unterschiedlichen Bereichen.

In einer Welt, die von komplexen zwischenmenschlichen Beziehungen geprägt ist, ist Durchsetzungsvermögen eine zentrale Eigenschaft, die effektive Kommunikation, gesunde Beziehungen und berufliches Wachstum fördert.

Im Bereich der Mitarbeiterführung sorgt Durchsetzungsvermögen für ein Umfeld mit klarer Ausrichtung und fördert die Zusammenarbeit und Produktivität von Teams.

In Funktionen mit Kundenkontakt schützt es vor Missverständnissen und stellt sicher, dass die Bedürfnisse der Kunden erfüllt und gleichzeitig Respekt und Integrität gewahrt werden.

Darüber hinaus fördert Durchsetzungsvermögen in persönlichen Interaktionen die Authentizität, indem es den Einzelnen ermöglicht, sich selbstbewusst auszudrücken und gleichzeitig die Grenzen anderer zu respektieren.

Durchsetzungsvermögen ist in jedem Bereich die Basis einer wirkungsvollen Kommunikation, ein Werkzeug, um Grenzen zu setzen, Bedürfnisse zu äußern und Konflikte konstruktiv zu bewältigen. Unsere Learning Journey versetzt die Teilnehmenden in die Lage, eine solide Grundlage für effektive Kommunikation und Interaktionen zu schaffen.

## Wer sollte teilnehmen?

Alle Beschäftigten des Unternehmens.

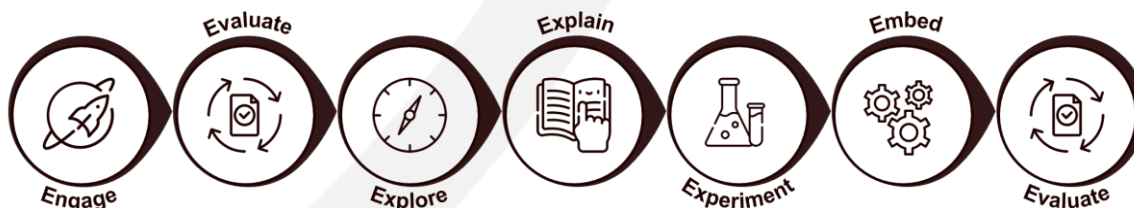
## Gut zu wissen:

„Durchsetzungsvermögen ist die Kunst, klar, direkt und respektvoll für sich selbst einzutreten und dabei auch die Rechte und Gefühle anderer zu berücksichtigen.“

**Nathaniel Branden**

## Cegos Lernkonzept

Wir verwenden das ganzheitliche und dynamische Cegos Lernkonzept, um Learning Journeys aufzubauen, die mehr als nur ein Bewusstsein für Kompetenzen und Fähigkeiten entwickeln.



**Jede Journey bringt die Lernenden dazu, über das reine Wissen hinaus zu lernen, Schritt für Schritt zu erforschen, zu experimentieren und das Gelernte zu verankern, indem sie ihre Fähigkeiten in Leistung umsetzen.**

# Durchsetzungsvermögen

CEGOS SWISS. ONE ESSENTIAL AT A TIME.

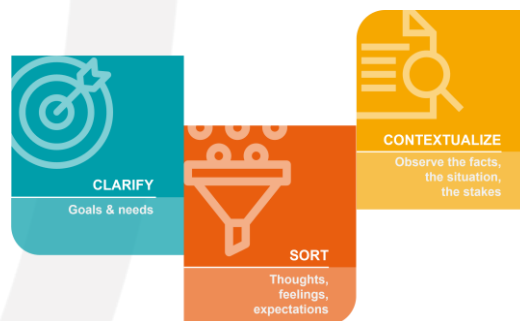


## Durch das Absolvieren dieser Learning Journey werden die Teilnehmenden:

- Selbstbewusst kommunizieren: Sie erkennen und verstehen zwischenmenschliche Verhaltensstile, beherrschen Techniken zur Stärkung von durchsetzungsfähigem Verhalten in verschiedenen Situationen und kultivieren Vertrauen und Klarheit in ihrem Kommunikationsansatz.
- Mit ineffektiven Verhaltensweisen umgehen lernen: Sie eignen sich Strategien an, um mit aggressivem, manipulativem und passivem Verhalten anderer umzugehen, was eine ausgewogene Reaktion fördert und dafür sorgt, dass sie in schwierigen Interaktionen ihre Durchsetzungsfähigkeit bewahren können.
- Die Kunst des Neinsagens beherrschen: Sie entwickeln wirksame Techniken und Ansätze, um selbstbewusst Grenzen zu setzen und Widerspruch zu äussern, ohne die Beziehung zu gefährden.

**#MAKINGADIFFERENCE**

## Ein erprobtes Modell:



## Digital Learning:

- [Assertive communication toolkit](#)

## Lernformate:



Blended Learning zugänglich [LearningHub](#).



Kann in **Präsenz und/oder virtuell** erfolgen, wie es Dir und deinen Teilnehmenden am besten passt.

## Dauer: Gesamte Lerndauer 14 Std.



**6 Stunden** angeleitetes Lernen.



**8 Stunden** selbstgesteuertes Lernen und Lernen am Arbeitsplatz.

**REF: ASS**

[www.cegos.ch](http://www.cegos.ch) | [info@cegos.ch](mailto:info@cegos.ch)

„Selbstbewusste, respektvolle Selbstentfaltung.“

**#TIL**  
Today | Learned