

Kommunikation für Pflegekräfte

Workshop

Freies Sprechen ist trainierbar, souveränes Auftreten reine Übungssache. Mit Tipps und Tricks aus der Welt des Journalismus und mithilfe kleiner Übungen für Stimme und Körpersprache wagen wir gemeinsam einen angenehmen Schritt raus aus der eigenen Komfortzone.

In meinem Seminar lernen Sie, wie Sie Ihre authentische Wirkung auf Ihr Umfeld aktiv gestalten und trotz eventuell vorhandenen Lampenfiebers sicher und souverän vor anderen Menschen sprechen können. Botschaften pointiert zu formulieren und passgenau zu reagieren kann man lernen. Sie profitieren dabei von meiner langjährigen Erfahrung als Moderatorin, Fernsehreporterin, Pressesprecherin und Kommunikationsexpertin.

Nach kurzen thematischen Einführungen geht es direkt um das praktische Umsetzen: In Kleingruppen, in Interviewform oder gemeinsam im Plenum erarbeiten wir aktiv, was eine deeskalierende Gesprächsführung ausmacht. Wir üben anhand von Beispielen, wie Konflikte sich kommunikativ vermeiden lassen und trainieren das aktive Zuhören. Mithilfe von Stimmtraining und anderen Präsenzübungen arbeiten wir zudem individuell an einem sicheren Auftreten.

Inhalte:

- deeskalierende Gesprächsführung: Kennenlernen der „Kommunikationssünden“
- Konfliktvermeidung und aktives Zuhören
- Tipps und Tricks zu Körpersprache, Stimme und Sprechen für Vertrauensaufbau bei Gesprächspartnern, Umgang mit mehreren Gesprächspartnern
- Zielgruppenanalyse zur Stärkung der eigenen Resilienz und Formulierung von passgenauen Kernbotschaften in kommunikativen Ausnahmesituationen

Termin: **Mittwoch, 21. Januar 2026, 12:00-16:00 Uhr**

ODER **Mittwoch, 11. März 2026, 12:00-16:00 Uhr**

Teilnahmegebühr: **120 €**
inkl. Kursmaterialien, Snack, Kaffee, Tee und Wasser während der Veranstaltung.

Dozierende: **Vivian Upmann**
Kommunikationstrainerin, Journalistin, Sprecherin, Moderatorin und Dozentin

Veranstaltungsort: Akademie-Travebogen, Ziegelstraße 9-11, 23556 Lübeck

Zielgruppe: alle Mitarbeitenden in Pflege, die mit schwer erkrankten und sterbenden Menschen und deren An- und Zugehörigen arbeiten

Abschluss: Teilnahmezertifikat der Akademie Travebogen

Anmeldung: Online über [Website der Akademie](#)