

Neue Seminarkonzepte 2013/ 2014

Thema und Trainerin	Inhalte in Stichworten
Seminare für Mitarbeiter/innen	
<p>„Erfüllt arbeiten - kraftvoll leben!“ Das Gesundheits- und Selbstmanagement-Seminar für Frauen - Kirsten Jule Lawall – 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Wie Sie neue Energie schöpfen und Ihre Lebendigkeit zurückerobern • Wie Sie sich neu sortieren, um die Fülle des Alltags noch besser zu bewältigen • Wie Sie Selbstfürsorglichkeit als Ressource entdecken
<p>„Gesundheit, Männer!“ Körperkompetenz statt Stress, Konkurrenz & Kollaps - Philipp Maichrzack – 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Männergesundheit: Warum der Körper KEINE Maschine ist • Körperwissen: Salutogenese, BMI, Cholesterin und anderes Wissenswerte • Herz, Prostata und Rücken: Was dem Manne Leiden schafft und welche inneren Themen damit zusammenhängen
<p>„Empowerment: Das starke ICH“ Zu Klarheit und innerer Stärke finden - Philipp Maichrzack - 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstwert, Mut und innere Stärke: Wie wir uns selbst bewusst werden können • Selbstverantwortung: Stoppen von Tretmühlen, Teufelskreisen und Opferspiralen • Selbstrespekt: Die eigenen Ziele und Grenzen erkennen und achten
<p>„Frauen wollen gefallen, Männer wollen gewinnen?“: Frauensprache-/ Männersprache im Beruf und was wir voneinander lernen können - Susanne Grote – 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Frauen reden anders, Männer auch: Geschlechtstypische Kommunikation • Beziehungssprache und Berichtssprache: Warum Männer und Frauen manchmal aneinander vorbei reden • Wenn's knirscht: Erkennen und lösen Sie geschlechtstypische Reibereien

Seminare für Mitarbeiter/innen	
<p>„Klar & offen statt lieb & nett“: Respektvolle und konfliktfreie Kommunikation am Arbeitsplatz</p> <p>-Gabriele Seils – 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Praktischer Leitfaden: Mit Hilfe der vier Schritte der <i>Gewaltfreien Kommunikation</i> nach Marshall Rosenberg ansprechen, was mich stört • Der hilfreiche Airbag: Weiche Strategien für Momente in denen es kracht • Mitgestalten statt Meckern: Ziele und Interessen klar formulieren
<p>„Reife Leistung“: Gelassen älter werden im Beruf</p> <p>- Renate Gartner – 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Altern heute: Demografischer Wandel zwischen Ruhestand und Neubeginn • Altes Eisen oder gestandene Fachkraft: Wie alt bin ich wirklich? • Perspektiven und Überzeugungen: Welche Bilder stärken das innere Selbstbild
<p>„Souverän im Kundenkontakt“: Erfolgreich und sicher kommunizieren mit Kooperationspartnern und Kunden</p> <p>- Ute Lamboley– 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • In schwierigen Situationen aktiv und souverän die Führung zu behalten • Strategien, wie Sie am besten mit bestimmten Kundentypen umgehen können • wie Sie Beschwerden und schwierige Situationen erfolgreich managen und dabei Ihre Ruhe und eine positive Haltung zum Kunden bewahren
<p>„Praxis-Training: Erfolgreich Verhandeln!“ Sicher auftreten, überzeugend argumentieren</p> <p>- Susanne Grote– 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Argumente die „ziehen“: Überzeugende Verhandlungs- und Gesprächsführung • Besser zuhören= besser verstehen! • Wie frage ich mich zum Ziel: Fragetechniken gekonnt einsetzen
<p>„Wer seine Stärken kennt – kennt seinen Weg“ So erkennen Sie Ihre Fähigkeiten und Potenziale und setzen sie gezielt ein</p> <p>- Sabine Bürgermann – 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • „Machen Sie das Beste aus Ihrem Typ“: Welcher Stärkentyp bin ich und was treibt mich an? • Das Stärkenprofil: Stärken im Berufsalltag entdecken und einsetzen. • Die eigenen Kräfte bündeln: Wie kann ich mich selbst motivieren und mich unabhängiger von äußerem Lob machen?

Seminare für Mitarbeiter/innen	
<p>„Gelassenheitstraining“: Von der Kunst aus einem Elefanten eine Mücke zu machen</p> <p>- Kirsten Jule Lawall-</p> <p>2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none">• Gelassenheit und Effizienz: Wie Sie sich in stressigen Situationen konzentrieren• Gelassenheit und Gesundheit: Wie eine friedliche innere Atmosphäre zum eigenen Wohlbefinden beiträgt• Wunde Punkte und dickes Fell: So werden Sie weniger angreifbar

Seminare für Führungskräfte	
<p>„Führen im Generationenmix“: – Alt und Jung in einem Boot</p> <p>- Philipp Maichrzack –</p> <p>2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Generationen im Mix – der demografische Wandel, seine Folgen, seine Fallen, seine Chancen • „Kommen Sie erst mal in mein Alter“: Lebensphasen-orientierte Führung • Ressourcen und Potentiale: alte Erfahrung und junge Energie
<p>„Wenn zwei sich streiten...“:</p> <p>Professioneller Umgang mit Konflikten im Team – für Führungskräfte</p> <p>- Ute Lamboley–</p> <p>2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Konfliktodynamik: Wie Konflikte entstehen, verhärten oder eskalieren • Handwerkszeug aus der Mediation: wie sie als Führungskraft Konflikt moderieren und gemeinsam mit den Beteiligten auf Lösungssuche gehen • Grenzbestimmung: Wann es nötig ist, die Konfliktklärung nicht selbst zu übernehmen, sondern externen Fachleuten zu überlassen
<p>„Wege aus der Stress-Dynamik“:</p> <p>Stressmanagement für Führungskräfte</p> <p>- Sybille Duckek –</p> <p>1 Tag</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Die Stress-Dynamik: Stress und seine Auswirkungen auf die Gesundheit • Stress & Management: spezifische Stress-Faktoren in der Führungsrolle • Cool down: Techniken zur Stressreduktion
<p>„Führungsfaktor Gesundheit“:</p> <p>Gesund führen - selbst gesund bleiben</p> <p>- Sybille Duckek-</p> <p>2 x 1 Tag</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Auswirkungen von Führungsverhalten auf Psyche und Gesundheit • Stress, Burnout und Überlastung: Unterschiede und Alarmsignale erkennen • Persönlichkeits-Analyse: die verschiedenen Stress-Typen • Führungsstil und die ideelle Lohntüte: Gesunde Kommunikation und Motivation

Seminare für Führungskräfte	
<p>„Motivierende Führungskommunikation“: Gesprächstraining für einen respektvollen, verlässlichen und wertschätzenden Umgang mit Mitarbeiter/innen - Ute Lamboley – 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kommunikation und Motivation: Wie Sie durch Sprache Ihre Mitarbeiter/innen positiv steuern • Kommunikation und Gesundheit: Welchen Einfluss Führungsverhalten auf die Gesundheit besitzt • Optimierungsgespräche: Wertschätzung durch Lob, Dank und konstruktive Kritik
<p>„Gut aufgestellt im Führungsalltag“ : Coaching und kollegiale Beratung durch Systemaufstellung - Gabriele ten Hövel - 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Neue Handlungsmöglichkeiten und Perspektiven für den Führungsalltag • Systemisch denken und komplexe Gemengelagen besser verstehen • Teamsituationen besser steuern und durch Perspektivwechsel zu neuen Lösungen kommen
<p>„Systemisch Führen – oder: Niemand ist eine Insel“ : Systemische Weiterbildung für Führungskräfte und Führungsnachwuchs - Sabine Bürgermann - 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Die Systemische Haltung: Lösungssicht statt Problemtrance • Systemische Grundprinzipien: Selbstorganisation, Zirkularität, Anerkennung diverser Wirklichkeiten, strukturelle Offenheit • Der Ressourcenblick: Das positive Menschenbild und die Wertschätzung der Vielfalt

Wenn Sie keine weiteren Infos von uns erhalten möchten, melden Sie sich kurz, dann streichen wir Sie aus unserer Kartei.