



## *Trainingsangebote 2013/2014*

*Was er kann, zeigt der Steuermann nicht bei schönem Wetter, sondern in Sturm und Ungewitter“*

Perus Chrysologus

Training ist eine Möglichkeit:

**Wissen** zu erlangen,

**Kompetenzen** zu erlernen,

**Erfahrungen** zu machen,

**Verhalten** zu ändern.

Alle Trainings werden ausschließlich als Inhouse Seminare angeboten.

## ***Führungsverantwortung und Führungsrolle***

Die Anforderungen an Führungskräfte haben sich in den letzten Jahren sehr stark verändert. Nicht nur die fachlichen Kompetenzen stehen im Vordergrund, sondern die organisatorischen, kommunikativen und sozialkompetenten Fähigkeiten sind gefragt.

Inhalt:

- Selbstverständnis der Führungskraft, Führungsrolle und Führungsaufgaben
- Selbstführung als primäre Kompetenz einer Führungskraft
- Leitsätze und Ziele in der Führung
- Persönlichkeitsorientierte Gesprächsführung  
Persolog© Persönlichkeitsmodell
- Mitarbeiterpotentiale entwickeln und Ressourcen nutzen
- Kommunikationskompetenz
  - Zielgespräche nach SMART
  - Kritikgespräche
  - Feedbackgespräche
  - Mitarbeiterjahresgespräche

Besuchen Sie diesen Workshop, wenn...

... Sie Klarheit über Ihre Aufgaben als Führungskraft erlangen wollen.

... Sie sich selbst in Ihrer Führungspersönlichkeit besser kennen lernen möchten.

... Sie Ziele und Visionen entwickeln wollen.

... Ihre Mitarbeiter motivieren und individuell fördern möchten.

... Sie erfolgreich Kommunizieren wollen.

Preis 3.300,00 € zzgl. MwSt. für 3 Tage

## ***Erfolgreich Präsentieren und Sitzungen effektiv moderieren***

Als Führungskraft repräsentieren Sie sich und Ihr Unternehmen. Ob Ihre Präsentation Erfolg hat, hängt zum größten Teil davon ab, wie souverän sie das Setting gestalten. Schaffen Sie eine effektive Besprechungskultur anstelle von „aufgeregten Diskussionsrunden“.

Inhalt:

- Abgleich von Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Sich Raum nehmen
- Der Einsatz von Körpersprache
- Zuhör- und Fragetechniken
- Präsentationstechniken und Moderationsmethoden
- Balance zwischen Steuern und Laufen lassen
- Bewusstes Gestalten von Kommunikationsprozessen
- Erfolgsentscheidend: Vor- und Nachbereitung von Sitzungen
- Gestaltung einer angepassten Sitzungskultur
- Methoden zur Entscheidungsfindung

Besuchen Sie diesen Workshop, wenn...

... Sie Ihre Wirkung auf Menschen erkennen wollen.

... Sie mehr Raum einnehmen und mehr agieren als reagieren möchten.

... Sie Ihre Ideen und Vision optimal an den „Mann und die Frau“ bringen wollen.

... Erfolgreich Sitzungen entwickeln und durchführen möchten.

... Ihr Team zu effizienten Entscheidungen führen müssen.

Preis: 3.300,00 € zzgl. MwSt. für 3 Tage

## ***Konfliktmanagement im Unternehmen zur Erfolgsoptimierung***

### **Modul I**

#### **Konfliktmanagement: Konflikte analysieren – verstehen – bearbeiten**

Ziel dieses Workshops ist, die Konfliktkompetenz von Führungskräften, Projektgruppen und Teams zu entwickeln. Diese Qualifikation optimiert Ergebnisse und minimiert Kosten. Der Workshop arbeitet praxisorientiert und hat zum Ziel, dass das Erlernete im Alltag sofort umsetzbar ist.

#### Grundlagen des Konfliktmanagements

- Symptome von Konflikten frühzeitig erkennen
- Definition unterschiedlicher Konfliktarten und Interventionsmöglichkeiten
- Konfliktodynamik verstehen und beeinflussen
- Konfliktphasen

#### Konflikte bearbeiten

- Konfliktlösungsstrategien bewusst und angemessen anwenden
- Zielgerichtete Gesprächsführung im Konflikt
- GFK Gewaltfreie Kommunikation nach M.B. Rosenberg

Zielgruppe: Führungskräfte, Projektgruppen und Teams; maximal 15 Teilnehmer

Dauer: 2 Tage

### **Modul II**

#### **Die Kunst des Streitens: Persönliche Souveränität und Konfliktkompetenz**

#### Sicherer Umgang mit starken Gefühlen

- Nutzen der positiven Seite der Aggression
- Verantwortung für die eigenen Gefühle
- Die richtige Portion Emotion
- Lernen unter Druck souverän standzuhalten
- Kenntnis der eigenen „Hot Buttons“

#### Erweiterung des Handlungsrepertoires

- Alternativ-Strategien zur Konfliktlösung
- Satir- Kategorien und Rollenverhalten
- Persolog Persönlichkeit und Verhaltensmodell

Zielgruppe: Führungskräfte, Projektgruppen und Teams maximal 15 Teilnehmer

Dauer: 2 Tage

### Modul III

#### Konfliktmoderation: Streitschlichter

(Dieser Workshop setzt die Teilnahme an Modul I und Modul II voraus)

- Auftragsklärung
- Analyse des Konflikts
- Rolle des Konfliktmoderators
- Phasen der Konfliktmoderation
- Phasen des Konflikts und die jeweiligen Interventionsstrategien
- Moderationstechniken
- MethodenKoffer

Zielgruppe: Führungskräfte, Teamleiter

Dauer: 2 Tage

Trainerinnen: Jutta Woker, Heike Bauriedel

Ihre Investition: 4.400,00 € pro Modul

Zuzüglich 19% Mehrwertsteuer,

Übernachtung / Verpflegung und Fahrtkosten 0,50 € / km

Selbstverständlich stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung, um Ihren Konflikt als Moderatorin und Mediatorin zu begleiten. Eine Mediation begleiten wir grundsätzlich zu zweit. In diese Leistung investieren Sie 360,00 € pro Stunde.



Jutta Woker

Jutta Woker

Performance Coach & Management Trainerin



Heike Bauriedel

Heike Bauriedel

Management Trainerin & Business Coach

## ***Veränderungsprozesse konstruktiv gestalten***

Mit Veränderungen im Führungsalltag umzugehen, ist eine der wichtigsten Kompetenzen einer Führungskraft. Es gilt Veränderungen zu initiieren, in den Abteilungen umzusetzen und selbst mit viel Kreativität auf die Herausforderungen des modernen Alltags zu reagieren. Nicht immer gelingt es Führungskräften solche Veränderungsprozesse konstruktiv zu steuern. Im Workshop lernen Sie Ihre Einstellung zu Veränderungen kennen und die Kompetenzen sich selbst und andere in die Veränderung zu motivieren.

Lernen Sie Aktionspläne zu erstellen, die den Kurs festlegen, Anforderungen und Probleme bedenken und helfen, das Projekt realistisch und effizient umzusetzen.

Inhalte:

- „Veränderungsmuffel – Veränderungsfreak“ Analyse des eigenen Verhaltens und Umgangs mit Veränderung
- Veränderungen tragen Chancen und Möglichkeiten
- Warum Veränderungen Angst machen
- Persolog© Persönlichkeitsmodell
- Vorzeichen erkennen und Konsequenzen daraus ziehen
- Schritte im Veränderungsprozess
- Hilfreiche Eigenschaften und Fähigkeiten im Umgang mit Veränderungen
- Aktionsplanung und Projektmanagement

Besuchen Sie diesen Workshop, wenn...

... Sie Ihr Team durch eine Veränderung motivieren möchten.

... Sie einen optimalen Fahrplan entwickeln wollen.

Preis: 3.300,00 € zzgl. MwSt. für 3 Tage

## ***Gruppenprozesse konstruktiv steuern und Teams entwickeln***

Als Führungskraft stehen Sie immer wieder vor der Herausforderung auf die Dynamik Ihres Teams zu reagieren.

Gruppendynamik lässt sich nicht aufhalten, sie geschieht. Als Führungskraft haben Sie allerdings die Möglichkeit den Prozess zu steuern, wenn Sie die Dynamik der Gruppenentwicklung verstehen.

Inhalte:

- Antriebskräfte der Gruppendynamik
- Was beeinflusst das Team und wodurch wird Dynamik in Gang gesetzt
- Steuerungsprozesse und Gruppenentwicklung
- Wie kann die Gruppenentwicklung gezielt gesteuert werden
- Ziele und Bedürfnisse der Gruppe
- Phasen im Gruppenprozess
- Die typischen Phasen einer Teamentwicklung erkennen und beeinflussen
- Andere im Team verstehen, Persolog© Persönlichkeitsmodell
- Homogene oder inhomogene Teams: Gefahren erkennen und Chancen nutzen
- Psychologische und gruppendynamische Rollen im Team

Besuchen Sie diesen Workshop, wenn...

... Sie Einfluss auf die Entwicklung Ihres Teams nehmen wollen.

... Sie Ihr Team optimal zusammenstellen möchten.

... Sie Ihre Ziele ins Team übertragen möchten.

... Sie schwierige Situationen im Team deeskalieren möchten.

Preis: 2.100,00 € zzgl. MwSt. 2 Tage

***“Balance zwischen Chaos und Professionalität“  
Erfolgreicher Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen***

Schwierige Gespräche bedeuten in der Regel immer eine Herausforderung. Der Unterschied zwischen einer Herausforderung und einer Schwierigkeit besteht in der Lösungskompetenz. Sie haben die Möglichkeit Einfluss auf die Zielrichtung des Gespräches zu nehmen. Neben zunehmendem Zeitdruck und erhöhter Arbeitsbelastung sind zwischenmenschliche Probleme die größte Herausforderung im Arbeitsalltag. Kommunikation und Informationsfluss, Zusammenarbeit im Team fordert ein hohes Maß an sozialer und kommunikativer Kompetenz.

Inhalt:

- Grundlagen konstruktiver Gesprächsführung  
GFK- Gewaltfreie Kommunikation
- Aktionen und Reaktionen der Gesprächsteilnehmer erfolgreich auffangen
- Persönlichkeitsprofil und Kommunikationsstil des Gegenübers erkennen und entsprechend handeln, Persolog© Persönlichkeitsmodell
- Eigenmotivation in Grenzsituationen
- Wer fragt, der führt – Fragetechnik gezielt anwenden
- Zeit gewinnen durch zielorientierte Gesprächsführung
- Einwände erfolgreich kontern
- Motivation auch in schwierigen Gesprächssituationen

Besuchen Sie diesen Workshop, wenn...

... Sie schwierige Situationen und fordernde Gruppen souverän meistern möchten.

... Sie prozessoffener und damit situationsgerechter agieren möchten.

... Sie Situationen deeskalieren möchten.

Preis: 1.700,00 € zzgl. MwSt. für 2 Tage



### ***Mediation in Teams und Parteien***

Wo Menschen zusammen arbeiten, gibt es immer wieder Konflikte. Häufig haben diese spürbare Auswirkung auf die Arbeitsprozesse und die Arbeitsmotivation. Viel Energie fließt in den Konflikt und fehlt an anderer Stelle. Als Führungskraft sind Sie Teil des Teams und oft stark involviert. Hier setzt die Mediation an. Diese gewährleistet Allparteilichkeit und hat keine eigenen Interessen zu vertreten.

In der Mediation beschreiten wir 5 Schritte nach der Auftragsklärung:

1. Schritt: Es wird ein sicherer Rahmen hergestellt und die Arbeitsbedingungen geklärt.
2. Schritt: Spannungsgeladene Themen erarbeiten und priorisieren.
3. Schritt: Die Sichtweisen der einzelnen Teilnehmer darstellen und Verständnis für die unterschiedlichen Bedürfnisse erlangen.
4. Schritt: Lösungsmöglichkeiten erarbeiten.
5. Schritt: Verbindliche Vereinbarungen treffen.

Zielgruppe: Alle Mitarbeiter des Unternehmens

Zeitungsumfang: 2-3 Sitzungen, je nach Teilnehmerzahl zwischen 2 und 4 Stunden.  
Teammediationen werden in der Regel von 2 Mediatoren begleitet.

Preis: 130,00 € pro Stunde zzgl. MwSt. pro Person.

## ***Das Burnout-Syndrom und seine Folgen erschöpft - verbittert - ausgebrannt***

Unter Burnout verstand man ursprünglich die negativen Folgen der beruflichen Überlastung oder kurz auf den Nenner gebracht: "Die Folgen von schlechten Bedingungen, unter denen viele gute Leute tätig sind". Inzwischen handelt es sich um ein reichlich komplexes Beschwerde- und Leidensbild, das immer mehr Betroffene belastet.

Diese Tatsache stellt heutige Führungskräfte unter eine enorme Herausforderung. Auf der einen Seite gilt es eine Abteilung zu managen und auf der anderen Seite besteht eine Fürsorgepflicht für die Mitarbeiter. Der Workshop Burnout-Syndrom und seine Folgen soll hier Hilfestellung und Leitfaden geben um die Symptome rechtzeitig zu erkennen und entsprechende Maßnahmen einzuleiten.

- Burnout - Erkennen und Verstehen
- Was kann zum Burnout führen?
- Psychologische Aspekte des Burnout-Syndrom
- Warnsymptome der Anfangsphase
- Wichtigste Krankheitszeichen
- Psychosoziale Konsequenzen
- Berufliche Einbußen
- Vorbeugende Maßnahmen
- Gründliche Situationsanalyse
- Gesunde Lebensführung
- Psychohygienische Selbstbehandlungsmöglichkeiten
- Möglichkeiten zur Unterstützung durch die Führungskräfte

Besuchen Sie diesen Workshop, wenn...

... Sie einen Burnout vermeiden möchten.

... Sie Mitarbeiter durch den Burnout begleiten möchten.

Preis: 2.100,00 € zzgl. MwSt. für 2 Tage