



Seminare für Führungskräfte
Jahresprogramm 2017



Seminare für Führungskräfte

Jahresprogramm 2017

1 Wertschätzung durch Haltung*	23. – 25. Januar
2 Sich selbst managen	06. – 09. Februar
3 Die Kunst der Veränderung*	08. – 12. März
4 Konstruktive Gesprächsführung	03. – 05. April
5 Erfolgreich Veränderungen gestalten	26. – 29. Juni
6 Aus dem Vollen schöpfen	10. – 13. Juli
7 Mentaltraining*	18. – 20. September
8 Konflikt-Mediation	13. – 16. November
9 Zielorientierte Moderation	27. November – 01. Dezember
* Einzelcoaching mit Leila Adjemi	25. Januar, 8. März, 25. Oktober

1 Wertschätzung durch Haltung | Leila Adjemi

Der eigene Körper zeigt Haltung, auf die das Gegenüber reagiert. Als Führungskraft sollte man sich klar sein, welche Botschaften man in seiner Körpersprache mitteilen will, und an seiner Ausstrahlung feilen. » Einzelcoaching*

2 Sich selbst managen | Udo Cramer

Das Seminar lädt ein zum Nachdenken über persönliche und berufliche Zeitverwendungen und zum Ausprobieren von Methoden und Instrumenten – Selbstmanagement als „Kunst der Lebensführung“.

3 Die Kunst der Veränderung | Leila Adjemi

Wie können Menschen bei komplexen Veränderungsprozessen ihre persönlichen Ressourcen optimal nutzen und bei ruhigem Gemüt bleiben? » Einzelcoaching*

4 Konstruktive Gesprächsführung |

Elke Schlimbach

Das Seminar sensibilisiert für die Balance zwischen einer zielorientiert-lenkenden und kooperativ-wertschätzenden Gesprächshaltung. Kennenlernen wesentlicher Techniken, um Gespräche vorzubereiten und durchzuführen, Kritik zu üben, die eigenen Werte zu vertreten und die der/s anderen respektvoll wahrzunehmen, wertebewusst zu agieren und zu reagieren. Sie trainieren im besten Sinne Gespräche, sich selbst und andere zu „führen“.

5 Erfolgreich Veränderungen gestalten |

Udo Cramer

Die permanente Veränderung ist zum Normalfall geworden. Für beteiligungsorientiertes Veränderungsmanagement bietet Ihnen dieses Seminar die zentralen Werkzeuge aus Prozessberatung und Moderation.

6 Aus dem Vollen schöpfen | Karin Gante

Freie Reden, Stegreif-Beiträge und Podiumsdiskussionen meistern. Dabei Ihre innere Haltung spürbar machen und mit der ganzen Person überzeugen. Die Verbindung von Kreativität, Fachwissen und Struktur ist der Schlüssel dafür. Mit viel Spaß und praktischem Bezug entfalten Sie Ihr Potential.

7 Mentaltraining | Leila Adjemi

Mentales Training statt Doping: Immer mehr Sportler, Politiker und Manager lernen Mentaltraining, um ihre Leistungen zu steigern. » Einzelcoaching*

8 Konflikt-Mediation | Nina Endres

Das Seminar vermittelt wesentliche Aspekte der Mediations-Methode und ermöglicht den Teilnehmern anhand von eigenen Fallbeispielen und Rollenspielen intensive Erfahrungen in der Rolle des Konfliktvermittlers.

9 Zielorientierte Moderation | Udo Cramer

Moderation ist die Kunst, in Meetings und Workshops die Unterschiede zwischen Menschen für ein gemeinsames Ziel noch produktiver werden zu lassen.

*** Einzelcoaching mit Leila Adjemi**

Sie bietet Einzelsitzungen zu „Körpersprache“ sowie „Mentaltraining“ an, um die Seminarinhalte auf ganz persönliche Weise vertiefen zu können. Es können Einzeltermine oder ein Kontingent gebucht werden. Kosten pro Sitzung: € 95,-. Buchungen aller Einzelcoachings direkt unter: leila.adjemi@web.de

1 Wertschätzung durch Haltung Ausstrahlung und Körpersprache

Was haben Bürgermeister, Ärzte, Unternehmer, Führungskräfte und Lehrer gemeinsam?

- » Sie sind alleine, haben große Projekt- und Personalverantwortung bzw. Verantwortung für Menschen,
- » gehören zur Burn-out-Risikogruppe Nr. 1,
- » werden ständig als Projektionsfläche missbraucht,
- » machen mehrere Jobs gleichzeitig,
- » sind Vorbilder,
- » gehen erfahrungsgemäß immer über ihre Grenzen

und sollen dabei Mensch bleiben und Haltung bewahren!

In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie sich für die eigene Körpersprache sensibilisieren.

Gerade Menschen in leitenden und verantwortlichen Positionen spüren oft, dass Fachkompetenz allein nicht genügt, um erfolgreich zu sein. Körpersprache erlernen bedeutet, sich nicht darauf zu konzentrieren, wie ich mich bewegen oder was ich tun oder lassen soll. Es ist vielmehr ein Prozess, sich darüber klar zu werden, welche Botschaften ich senden möchte und wie meine Wertschätzungshaltung im Bezug auf die eigene Person sowie dem Gegenüber ist.

Ziele

- » Strategien entwickeln, um auch in schwierigen Situationen souverän wirken und argumentieren zu können
- » Kennen und verstehenlernen von beeinflussenden Möglichkeiten der Körpersprache
- » Zum individuellen Ausdruck finden
- » Sicherheit gewinnen beim Repräsentieren eines Unternehmens
- » Die rationale Präsenz durch Körperlichkeit entlasten
- » Die Macht der persönlichen Entscheidung verstehen und bewusst einsetzen lernen, um gezielter über positive Ausstrahlung verfügen zu können

Methoden

- » Bewegungsübungen zur differenzierten Körperwahrnehmung
- » Diskussions- und Feedbackeinheiten
- » Wahrnehmungsübungen im Bezug auf Körpersprache
- » Über Techniken aus der modernsten Neurowissenschaft lernen die Teilnehmer/Innen auch nachhaltig ihre Ausdrucksfähigkeit zu aktivieren



Seminarleitung: **Leila Adjemi**, über 20 Jahre Bühnenerfahrung in Moderation, Gesang und Tanz, Studium in Kunsttherapie und Kreativpädagogik, Ausbildung in Entspannungstechniken sowie Ausbildung in Systemischer Kommunikations-Hypnotherapie/Mentaltraining nach Milton Erickson. Seit 16 Jahren schult sie Ärzte, Therapeuten, Führungskräfte, Juristen, Oberbürgermeister und Fernsehmoderatoren in Ausstrahlungskraft und Körpersprache, aber auch immer mehr zum Thema Stressprävention, wobei Körperarbeit ein wichtiges Medium darstellt.

Terminangebot

Montag, 23. Januar 2017, 14 Uhr bis
Mittwoch, 25. Januar 2017, 13 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

Seminarkosten

Seminarbeitrag	€ 388,-
Verpflegung und Übernachtung	€ 213,-

im Einzelzimmer

Das Angebot umfasst die Vollpension, nur auf die Übernachtung kann verzichtet werden.

Einzelcoaching Körpersprache: Leila Adjemi bietet an folgenden Tagen ergänzend auch Einzelsitzungen an, um die Kursinhalte auf ganz persönliche Weise vertiefen zu können. Es können Einzeltermine oder ein Kontingent gebucht werden. Kosten pro Sitzung: € 95,-.

Terminangebot Einzelcoaching

Mittwoch, den 25. Januar, 8. März, 25. Oktober

Buchung Einzelcoaching

direkt unter: leila.adjemi@web.de

2 Sich selbst managen

Erfüllt leben und erfolgreich arbeiten in der Konkurrenz der Zeitverwendungen

Sie haben eine verantwortungsvolle Fach- oder Führungsposition und ein Privatleben? Die Beschleunigung einer globalisierten Arbeitswelt mit dem Zuwachs an Arbeitsanforderungen und an Gestaltungsmöglichkeiten gehört zu den Chancen und Herausforderungen Ihres Berufs? Das Ausbalancieren der Zeitverwendungen zwischen und in den Lebensbereichen Beruf und Privatleben ist Teil Ihrer Lebensführung?

Das Seminar lädt Sie ein zum Nachdenken über persönliche und berufliche Zeitverwendungen sowie zum Ausprobieren von Methoden und Instrumenten für ein Selbstmanagement als „Kunst der Lebensführung“.

Nutzen

- » Sie entwickeln Ideen und konkrete Schritte für ein gutes Gleichgewicht Ihrer beruflichen und privaten Lebensrollen.
- » Sie haben sich verdeutlicht, was Ihre Lebenswerte, -ziele und -rollen sind, und nutzen dies als Wegweiser für Ihr Selbstmanagement in Beruf und Privatleben.
- » Sie trainieren, in Ihrem Selbstmanagement das Wichtige zu fokussieren, statt häufig auf dringliche Selbst- und Fremdansprüche zu reagieren.
- » Sie können mit den zentralen Instrumenten des Zeitmanagements das „Beste“ aus Ihrem Zeiteinsatz machen und Ihr berufliches Zeitmanagement optimieren.

- » Sie haben Lösungsschritte für Ihre beruflichen Zeit-Diebe und Zeit-Stressoren erarbeitet.

Themen

- » Zeitbilanz und Wertigkeiten für meine beruflichen und privaten Lebensrollen analysieren
- » Das „6 + 1 Konzept der Lebensrollen“ für das Selbstmanagement in Beruf und Privatleben nutzen
- » Meine Mission und Vision: sich Klarheit über die persönlichen Lebensziele und Lebenswerte verschaffen
- » Sich selbst mit guten Zielen im Beruf und Privatleben führen
- » Mit Prioritäten das Wichtige fokussieren

- » Meine Zeitinventur: Stärken und Entwicklungsbereiche meines beruflichen Zeitmanagements explorieren
- » Mit der Wochenplanung Zeitsouveränität im Beruf und Privatleben gewinnen
- » Tipps und Tricks aus dem Zeitmanagement und der Arbeitsorganisation beachten: von „A“ wie Ablagesystematik über „P“ wie Pufferzeiten bis „Z“ wie Zeitansatz
- » Change it – love it – leave it: Lösungen für Zeitdiebe und Zeit-Stressoren

Plus

Sie erhalten schon vor dem Seminar Vorbereitungsunterlagen für Ihre persönliche Zeitbilanz und für Ihre berufliche Zeitinventur.

Terminangebot

Montag, 6. Februar 2017, 14 Uhr bis
Donnerstag, 9. Februar 2017, 13 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.

Seminarkosten

Seminarbeitrag	€ 504,-
Verpflegung und Übernachtung	€ 317,-

im Einzelzimmer

Das Angebot umfasst die Vollpension, nur auf die Übernachtung kann verzichtet werden.



Seminarleitung: **Udo Cramer**, Diplom-Theologe und Zimmermann, * 1958, ist seit 2001 selbstständiger Trainer und Berater. Sein Anspruch ist, für Lernen und Verändern zu sorgen, das „Kopf, Herz und Hand“ der Beteiligten anspricht und zu nachhaltigen Resultaten führt. Für Unternehmen und Non-Profit-Organisationen realisiert er: Beratung und Begleitung bei Strategieentwicklungen, bei Veränderungsprozessen und für die Personalentwicklung; Teamentwicklung; Moderation von Workshops; Training und Coaching.

3 Die Kunst der Veränderung

Ein 5-tägiges Retreat

Veränderungen bestimmen unseren persönlichen und beruflichen Alltag. In der heutigen Zeit zeichnen sich alle schwierigen Situationen durch zwei entscheidende Faktoren aus: Geschwindigkeit, d. h. hohe Taktung, bei gleichzeitiger Komplexität! Diese Tatsache allein bringt viele in einen Zustand der Unsicherheit. Die Tendenz, nicht mehr alles „im Griff“ zu haben, steigt praktisch täglich.

Deshalb sind wir mehr denn je darauf angewiesen, ALLE unsere Ressourcen zu aktivieren, um bei diesem Tempo der Veränderungsprozesse gut mithalten zu können.

Zu diesen Ressourcen gehören u.a. die rechte Gehirnhemisphäre, die uns hilft kreative Lösungen zu finden, sowie der ganze Körper und der Kontakt zu unserem Unbewussten, d.h. unserer inneren Weisheit und Führung. Über das aktive Tagesbewusstsein nutzen wir, wenn überhaupt, nur 25 % unseres Bewusstseins!

Inhalte

- » Verstehen lernen, wie Unsicherheit entsteht und was sie mit uns macht
- » Kontakt mit der inneren Führung herstellen
- » Zentriert und gut verbunden mit der eigenen Mitte bleiben

- » Bei sich bleiben, auch wenn alle anderen in ein Angstprogramm einsteigen
- » Unterscheiden lernen, welches sind kollektive Ängste und welches die eigenen
- » Atem- und Qi-Gong-Übungen zur Aktivierung beider Gehirnhemisphären
- » Aus dem Kopf in den Körper: Bewegungsübungen und Körperarbeit
- » Achtsamkeitsübungen nach J. Kabatt-Zinn

Ziele

- » Leistungssteigerung
- » Mentale Blockaden lösen

- » Persönliches Stressreduktions-Programm entwickeln
- » Sicherheit gewinnen, um Veränderungsprozesse schneller bewältigen zu können
- » Die rationale Präsenz durch Körperlichkeit entlasten

Ziel ist außerdem, dass jede/r Teilnehmer/in sich ein individuelles und v. a. alltagstaugliches Programm zusammenstellen kann, um selbständig weiterhin gut in Kontakt mit den eigenen Ressourcen bleiben zu können.



Seminarleitung: **Leila Adjemi**, über 20 Jahre Bühnenerfahrung in Moderation, Gesang und Tanz, Studium in Kunsttherapie und Kreativpädagogik, Ausbildung in Entspannungstechniken sowie Ausbildung in Systemischer Kommunikations-Hypnotherapie/Mentaltraining nach Milton Erickson. Seit 16 Jahren schult sie Ärzte, Therapeuten, Führungskräfte, Juristen, Oberbürgermeister und Fernsehmoderatoren in Ausstrahlungskraft und Körpersprache, aber auch immer mehr zum Thema Stressprävention, wobei Körperarbeit ein wichtiges Medium darstellt.

Terminangebot

Mittwoch, 8. März 2017, 14 Uhr bis

Sonntag, 12. März 2017, 13 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

Seminarkosten

Seminarbeitrag € 590,-

Verpflegung und Übernachtung € 421,-

im Einzelzimmer

Das Angebot umfasst die Vollpension, nur auf die Übernachtung kann verzichtet werden.

Einzelcoaching zu Kunst der Veränderung:

Leila Adjemi bietet an folgenden Tagen ergänzend auch Einzelsitzungen an, um die Kursinhalte auf ganz persönliche Weise vertiefen zu können. Es können Einzeltermine oder ein Kontingent gebucht werden. Kosten pro Sitzung: € 95,-.

Terminangebot Einzelcoaching

Mittwoch, den 25. Januar, 8. März, 25. Oktober

Buchung Einzelcoaching

direkt unter: leila.adjemi@web.de

4 Konstruktive Gesprächsführung

Gespräche führen – wertebewusst und zielorientiert

Wenn Menschen miteinander reden, führen sie noch lange kein Gespräch. Gespräche tatsächlich zu „führen“, bedeutet ein Stück weit Menschen zu führen. Abseits jeglicher Funktions- und Hierarchieebenen steckt dahinter der Anspruch, im Gespräch ganz bestimmte Absichten und Ziele zu erreichen. Das Mittel dazu ist das gesprochene Wort.

Das Seminar sensibilisiert für die Balance zwischen einer zielorientiert-lenkenden und kooperativ-wertschätzenden Gesprächshaltung. Die Teilnehmer lernen die wesentlichen Techniken kennen, um Gespräche vorzubereiten und durchzuführen. Sie lernen Kritik zu üben, die eigenen Werte zu vertreten und die der/s anderen respektvoll wahrzunehmen. Sie lernen wertebewusst zu agieren und zu reagieren. Sie trainieren im besten Sinne Gespräche, sich selbst und andere zu „führen“.

Inhalte

Wann ist Kommunikation wirkungsvoll?

- » Formen des Zuhörens
- » Körpersprache
- » Fragetechnik

Wie wird ein Gespräch konstruktiv?

- » Wertschätzung und Lenkung
- » Die drei Gesprächsebenen
- » Themenzentrierte Interaktion

Wie üben Sie Kritik zielgerichtet und partnerschaftlich?

- » Regeln für Kritikgespräche
- » Gesprächsphasen/-ablauf

Welche Möglichkeiten gibt es, auf „Gesprächsstörer“ zu reagieren?

- » 4 Seiten einer Nachricht
- » Argumentations-AIKIDO



Seminarleitung: Mit Energie, Einfühlungsvermögen und Ideenreichtum führt **Elke Schlimbach** durch Trainings, Prozesse und Coachings. Nach ihrem Studium der Sprachwissenschaften arbeitete sie zunächst als Texterin und Projektmanagerin, bevor sie sich vor 15 Jahren als Trainerin für Kommunikation und Kooperation selbstständig machte. 2000 Meeting Business Award für „herausragende Tagungskonzeptionen und innovative Meeting-Impulse“. Seitdem konzentriert sie sich neben Kommunikation vor allem auf Kreativitäts- und Innovationsprozesse.

Ziel

Das Seminar will dazu anstoßen, Kollegen, Mitarbeiter und/oder Vorgesetzte im Gespräch zu öffnen, mitzureißen und zu überzeugen. Es will dazu anregen, schwierige Situationen über das Gespräch zu entschärfen und Konflikte zu lösen. Das konkrete Ziel: Sie sind erfolgreich in Ihren Gesprächen, werden respektiert und geachtet.

Terminangebot

Montag, 3. April 2017, 14 Uhr bis

Mittwoch, 5. April 2017, 13 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.

Seminarkosten

Seminarbeitrag € 388,-

Verpflegung und Übernachtung € 213,-

im Einzelzimmer

Das Angebot umfasst die Vollpension, nur auf die Übernachtung kann verzichtet werden.

5 Erfolgreich Veränderungen gestalten

Werkzeuge aus Prozessberatung und Moderation für das Veränderungsmanagement

„Nur der Wandel ist beständig.“ Die permanente Veränderung ist für Unternehmen im Profit- und Non-Profit-Sektor zum Normalfall geworden, um Positionen zu halten, sich zu verbessern oder sich neu zu erfinden. Wie gewinnen Sie dafür die besten Köpfe, die Ihr Unternehmen oder Ihre Organisation hat: erfahrene und gute Mitarbeiter? Wie führen Sie die Wege mit und für die Beteiligten durch ein oft unbekanntes Terrain zu einem guten Ziel? Und wie erreichen Sie ein Mehr an Performance durch Partizipation?

Das Seminar wendet sich an Sie als Geschäftsführer bzw. Führungsperson oder als Fachverantwortlichen: Sie wollen als Entscheider Ihren Verantwor-

tungsbereich verändern. Oder Sie gestalten als Changemanager Veränderungsprozesse bzw. -projekte.

Nutzen

- » Sie erweitern Ihr Instrumentarium, erfolgreich beteiligungsorientierte Veränderungen durchzuführen.
- » Sie unternehmen eine persönliche Standortbestimmung für Ihre Rolle in Veränderungsprozessen.
- » Sie prüfen Ihr aktuelles Veränderungsprojekt und können dies wirkungsvoll verbessern.
- » Sie nehmen Anregungen mit, um Ihren persönlichen Moderationsstil und Ihr Auftreten in

Veränderungsprozessen hilfreich weiterzuentwickeln.

Themen

Auftrag klären: Für den einzelnen Workshop bis zu komplexen Veränderungsprojekten – immer ist der erste Schritt der entscheidende: den Auftrag stimmig zu klären im Blick auf die Organisation und das Umfeld, die Mitspieler, das Ziel... Wir arbeiten hierzu mit der Methodik der Wahl: der systemischen Auftragsklärung.

Botschaft senden: Wohin soll die „Reise“ gehen? Wie lautet dazu Ihre Veränderungsbotschaft an alle Betroffenen und Beteiligten? Und warum sollten



Seminarleitung: **Udo Cramer**, Diplom-Theologe und Zimmermann, * 1958, ist seit 2001 selbstständiger Trainer und Berater. Sein Anspruch ist, für Lernen und Verändern zu sorgen, das „Kopf, Herz und Hand“ der Beteiligten anspricht und zu nachhaltigen Resultaten führt. Für Unternehmen und Non-Profit-Organisationen realisiert er: Beratung und Begleitung bei Strategieentwicklungen, bei Veränderungsprozessen und für die Personalentwicklung; Teamentwicklung; Moderation von Workshops; Training und Coaching.

diese Ihnen glauben und folgen? – Wir trainieren die Schritte, mit denen Sie eine positive Veränderungsbotschaft schaffen können, die Ihre Stakeholder anspricht.

Politik machen: Ob es bei Changeprojekten bei der guten Absicht bleibt oder zu einem nachhaltigen Resultat führt, ausschlaggebend dafür ist in der Regel das politische Kräftespiel der „Mitspieler“ bzw. Stakeholder. – Wir trainieren, für Changeprozesse wirksam Politik zu betreiben: mit der Stakeholder-Analyse und der Strategieentwicklung für „Lokomotiven“, „Zuschauer“ und „Bremser und Bewahrer“.

Kick-off-Workshops moderieren: Mit dem ersten Schritt die zu beteiligenden Mitarbeiter ins Boot holen, informieren, werben, Feedback einzuholen ist einer der Erfolgsfaktoren für die Akzeptanz und das Engagement. – Wir trainieren die Moderation dieser zentralen Workshop-Form.

Persönlichkeit: Ihre Glaubwürdigkeit, Ihre persönliche Wirkung und Ausstrahlung machen Ihre Überzeugungskraft in Veränderungsprozessen aus. Sie erhalten intensives Feedback zur Ihrer Wirkung in der Moderation und nützliche Impulse zur Reflexion Ihrer Werthaltungen, die Sie in Veränderungsprozessen leiten.

Terminangebot

Montag, 26. Juni 2017, 14 Uhr bis
Donnerstag, 29. Juni 2017, 13 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.

Seminarkosten

Seminarbeitrag	€ 504,-
Verpflegung und Übernachtung	€ 317,-

im Einzelzimmer

Das Angebot umfasst die Vollpension, nur auf die Übernachtung kann verzichtet werden.

6 Aus dem Vollen schöpfen

Freie Reden, Stegreif-Beiträge und Podiumsdiskussionen meistern

Sie müssen in Podiumsdiskussionen souverän mit Fragen umgehen, Ihre Fachkompetenz in kurzen Statements einbringen oder bei feierlichen Anlässen durch eine Festansprache glänzen. Sie sollen sogar spontan in die Rednerrolle schlüpfen und einen Beitrag aus dem Ärmel schütteln. Dabei ist es Ihnen wichtig, Ihre innere Haltung und Ihr Werteverständnis nach außen spürbar zu machen und mit der ganzen Person zu überzeugen.

Haben Sie Lust, neue Dimensionen Ihres sprachlichen Potentials zu erfahren? In diesem Seminar können Sie Ihre Originalität erleben. Mit viel Spaß

lernen Sie, zu improvisieren und Ihren kreativen Impulsen zu vertrauen. Ein balancierter Kontakt zwischen Ihnen, dem Publikum und der Sache lässt Ihre Beiträge anschaulich und lebendig werden. Eine Mischung aus Strukturhilfen, praktischen Übungen und individuellem Feedback steigert Ihre Redegewandtheit und Souveränität.

Inhalte

- » Rednerische Kreativität und sprachliches Ausdrucksvermögen
- » No risk, no fun! - Der schöpferische Prozess der Herausforderung

- » Strukturhilfen für spontane Redebeiträge
- » Stegreifreden entwickeln und halten
- » Reden ohne Manuskript - Grundlagen der Mnemotechnik
- » Guter Kontakt mit dem Publikum
- » Stimme, Sprechweise und Körpersprache bewusst einsetzen
- » Überraschende und unbequeme Fragen parieren

Methoden

- » Kurze Theorieinputs
- » Übungen für den persönlichen Werkzeugkoffer
- » Theaterpädagogische Improvisationsübungen
- » Arbeit im Plenum und in Kleingruppen
- » Individuelles Feedback, Betonung der Stärken und umsetzbare Tipps
- » Videodokumentation
- » Übertragung auf den jeweiligen beruflichen Kontext

Plus

- » Ein unkonventionelles Seminar, das Ihre Lust auf Reden weckt
- » Von der Idee bis zur Rede – Sie können im Seminar an einem bevorstehenden Redebeitrag arbeiten

Terminangebot

Montag, 10. Juli 2017, 14 Uhr bis

Donnerstag, 13. Juli 2017, 13 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.

Seminarkosten

Seminarbeitrag € 504,-

Verpflegung und Übernachtung € 317,-

im Einzelzimmer

Das Angebot umfasst die Vollpension, nur auf die Übernachtung kann verzichtet werden.



Seminarleitung: Karin Gante, ursprünglich Logopädin und Schauspielerin, seit 1997 selbständige Trainerin, Beraterin und Coach. Ihre Themenschwerpunkte sind Kommunikation, Rhetorik und Persönlichkeitsentwicklung. Sie ist für Wirtschaftsunternehmen, Führungskräfteakademien, den öffentlichen Dienst, die Deutsche Richterakademie und gemeinnützige Stiftungen tätig. Veröffentlichung: Ein starker Auftritt, Hugendubel Verlag 2002

7 Mentaltraining

Stärken stärken – Schwächen schwächen „Ich bin mein eigener Coach!“

Mentales Training statt Doping: Immer mehr Sportler, Politiker und Manager lernen Mentaltraining, um ihre Leistungen zu steigern.

Menschen können schwierige Aufgaben am besten hochkonzentriert und mit ruhigem Gemüt lösen. Nur wer unaufgeregt ist, kann Gelerntes entspannt abrufen.

Niemand kann einen Triathlon gewinnen, niemand das Gelbe Trikot erringen, niemand eine Kugel zum Weltrekord stoßen, ohne alle Aufmerksamkeit zu bündeln.

Dann nur stellt sich ein, was Psychologen „flow“ nennen: jener rundum stimmige Moment, in dem

sich alle Bewegungen richtig anfühlen und die Außenwelt kaum ins Bewusstsein dringt.

Auf die äußeren Bedingungen haben wir keinen Einfluss, aber auf die inneren, um den Erfolg zu haben, der unseren Ressourcen und wahren Fähigkeiten entspricht.

Ziele

- » Leistungssteigerung durch Körper- und Mentaltraining
- » Mentale Blockaden lösen
- » Persönliches Stressreduktions-Programm entwickeln

- » Zum individuellen und somit überzeugenden Ausdruck finden
- » Erkennen lernen, wie wichtig die innere Haltung für eine positive Ausstrahlung ist
- » Mehr Sicherheit gewinnen beim Repräsentieren eines Unternehmens
- » Die rationale Präsenz durch Körperlichkeit entlasten
- » Mit Lampenfieber konstruktiv umgehen lernen
- » Die Macht der persönlichen Entscheidung verstehen und bewusst einsetzen lernen

Methoden

- » Bewegungsübungen zur differenzierten Körperwahrnehmung
- » Diskussions- und Feedbackseinheiten
- » Mentaltraining zur Leistungssteigerung nach Milton Erickson
- » Wahrnehmungsübungen



Seminarleitung: **Leila Adjemi**, über 20 Jahre Bühnenerfahrung in Moderation, Gesang und Tanz, Studium in Kunsttherapie und Kreativpädagogik, Ausbildung in Entspannungstechniken sowie Ausbildung in Systemischer Kommunikations-Hypnotherapie/Mentaltraining nach Milton Erickson. Seit 16 Jahren schult sie Ärzte, Therapeuten, Führungskräfte, Juristen, Oberbürgermeister und Fernsehmoderatoren in Ausstrahlungskraft und Körpersprache, aber auch immer mehr zum Thema Stressprävention, wobei Körperarbeit ein wichtiges Medium darstellt.

Terminangebot

Montag, 18. September 2017, 14 Uhr bis
Mittwoch, 20. September 2017, 13 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

Seminarkosten

Seminarbeitrag	€ 388,-
Verpflegung und Übernachtung	€ 213,-
im Einzelzimmer	
Das Angebot umfasst die Vollpension, nur auf die Übernachtung kann verzichtet werden.	

Einzelcoaching Mentaltraining: Leila Adjemi bietet an folgenden Tagen ergänzend auch Einzelsitzungen an, um die Kursinhalte auf ganz persönliche Weise vertiefen zu können. Es können Einzeltermine oder ein Kontingent gebucht werden. Kosten pro Sitzung: € 95,-.

Terminangebot Einzelcoaching

Mittwoch, den 25. Januar, 8. März, 25. Oktober

Buchung Einzelcoaching

direkt unter: leila.adjemi@web.de

8 Konflikt-Mediation in Unternehmen und Organisationen

Angesichts zunehmend komplexer Aufgaben und Strukturen in Unternehmen ist es an der Zeit umzudenken – weg von einem „Du oder Ich“, hin zu einem kooperierenden „Wir“ als Team.

Gerade in Auseinandersetzungen und Konflikten sollte eine Führungskraft dem komplexen Zusammenspiel von verschiedenen Interessen lösungsorientiert begegnen. Dazu braucht es eine souveräne Persönlichkeit, aber auch Fachwissen.

Mediation versteht sich als zukunfts- und lösungsorientierte Methode, die hinführt zu einem gemeinsamen, übergeordneten Ziel, das die beteiligten Personen, ihre Ziele und die gegebenen Rahmenbedingungen berücksichtigt. Der Mediator schafft

durch Kommunikationstechniken, Praxiserfahrung und hohe soziale Kompetenz einen vertrauensvollen offenen Rahmen, der den konstruktiven Umgang mit Konflikten ermöglicht.

Ziele des Seminars

- » Sie erhalten einen Überblick über die Methode der Mediation und lernen hilfreiche Interventionen und Kommunikationstechniken kennen und probieren diese aus.
- » Sie reflektieren Ihre eigene Rolle als Führungskraft in Bezug auf die Konflikte Ihrer Mitarbeiter oder als interner oder externer Konfliktvermittler im Unternehmen.

- » Sie reflektieren Ihr eigenes Konfliktverhalten und erlangen mehr Klarheit, Stabilität und Ruhe und einen vergrößerten Handlungsspielraum in Konfliktsituationen.
- » Sie bringen eigene Praxisfälle ein, üben und analysieren anhand realer Beispiele und erhalten konstruktives Feedback.

Behandelte Themen

- » Wie verlaufen die einzelnen Phasen einer Mediation und welche Techniken unterstützen den Ablauf?
- » Wann und wo ist Mediation sinnvoll? Und wie kann ich die Techniken auch außerhalb einer Mediation zur Deeskalation von Konflikten nutzen?
- » Wie mache ich mich in Konflikten auf empathische Weise verständlich?
- » Wie kann ich Streitende unterstützen, wieder miteinander – konstruktiv und wertschätzend – ins Gespräch zu kommen und gemeinsame Lösungen zu finden?



Seminarleitung: **Nina Endres**, selbständige Trainerin, Moderatorin und zertifizierte Konflikt-Mediatorin, Individual- und Gruppencoaching, Begleitung von Veränderungsprozessen in Unternehmen und Organisationen.

Zielgruppe

Führungskräfte und MitarbeiterInnen in Wirtschaftsunternehmen und Organisationen, Qualitätsmanager und Projektleiter, interne und externe Personal- und Organisationsentwickler, Berater und Trainer in der Wirtschaft

Das Seminar ersetzt keine Mediations-Ausbildung, sondern vermittelt wesentliche Aspekte der Mediations-Methode. Die Teilnehmer lernen zentrale Techniken der Konfliktvermittlung kennen und machen intensive Erfahrungen in der Rolle des Konfliktvermittlers.

Terminangebot

Montag, 13. November 2017, 14 Uhr bis
Donnerstag, 16. November 2017, 13 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

Seminarkosten

Seminarbeitrag	€ 504,-
Verpflegung und Übernachtung	€ 317,-
im Einzelzimmer	
Das Angebot umfasst die Vollpension, nur auf die Übernachtung kann verzichtet werden.	

9 Zielorientierte Moderation

Meetings und Workshops einladend und zielführend moderieren

Moderation ist die Kunst, in Meetings und Workshops die Unterschiede zwischen Menschen für ein gemeinsames Ziel noch produktiver werden zu lassen. Mit zielführender und einladender Moderation sorgen Sie für die Beteiligung aller. Mit einem Arbeitsprozess, der Lust zum Mitwirken weckt, werben Sie für Thema und Ziel. Sie schaffen damit den Rahmen, in dem alle Beteiligten Ergebnisse mit hoher Qualität, guter Akzeptanz und sicherer Verbindlichkeit erarbeiten können.

Sie sind Fach- oder Führungskraft und wollen in die Moderation einsteigen oder Ihren „Werkzeugkasten“ Moderation auffüllen. – Das Seminar bietet Ihnen eine intensive und übungsreiche Einführung

in das Konzept, zielorientiert und einladend zu moderieren.

Nutzen

- » Sie erweitern Ihr Repertoire, Meetings und Workshops zielorientiert und einladend moderieren zu können. Sie sind (je nach Vorerfahrungen mit etwas Übung) in der Lage, auch mehrtägige Workshops erfolgreich moderieren zu können.
- » Sie bekommen durch intensives Feedback Anregungen, um Ihren persönlichen Moderations- und Kommunikationsstil stimmig und wirkungsvoll weiterentwickeln zu können.

- » Sie können Ihre laufenden Moderationsprojekte verbessern.

Themen

Aufgabe und Rolle als Moderator für sich geklärt zu haben ist einer der Erfolgsfaktoren für die Moderation. Mit diesem Schritt können Sie die Spannung zwischen der nötigen Neutralität als Moderator einerseits und der Ziel- und Ergebnisverantwortung als Projektverantwortlicher bzw. Entscheider andererseits auflösen.

Moderationsmethoden – wir schöpfen aus dem reichen Methodenrepertoire der Moderation, damit Sie für die zentralen Situationen die passenden

Methoden zur Verfügung haben.

Visualisieren und Mitvisualisieren erfreut das Auge und führt den Arbeitsprozess. Sie lernen, Flipcharts und Pinnwände gut zu gestalten und Diskussionen mitzuschreiben, um Transparenz herzustellen und Ergebnisse zu sichern.

Workshops und Meetings zu moderieren ist das übungsintensive Herzstück des Seminars. – Sie trainieren wirksame Moderation für die Themen aus Ihrer Berufspraxis anhand von bewährten Ablaufmodellen zu Meetings und Workshops.



Seminarleitung: Udo Cramer, Diplom-Theologe und Zimmermann, * 1958, ist seit 2001 selbstständiger Trainer und Berater. Sein Anspruch ist, für Lernen und Verändern zu sorgen, das „Kopf, Herz und Hand“ der Beteiligten anspricht und zu nachhaltigen Resultaten führt. Für Unternehmen und Non-Profit-Organisationen realisiert er: Beratung und Begleitung bei Strategieentwicklungen, bei Veränderungsprozessen und für die Personalentwicklung; Teamentwicklung; Moderation von Workshops; Training und Coaching.

Workshops vorzubereiten üben Sie mit dem Dreischritt von Auftragsklärung, Planung und Organisation, damit Sie in Ihren Workshops den Blick frei haben für den Arbeitsprozess und dessen Möglichkeiten.

Persönliche Ausstrahlung und Wirkung als Moderator bleibt das „Kapital“ für die Moderation. Sie mehrten es: Durch Feedback erfahren Sie mehr darüber, wie Sie in der Moderatorenrolle wirken. Und Sie erhalten Anregungen, wie Sie Ihren Moderationsstil passend zu Ihrer Persönlichkeit weiterentwickeln können.

Terminangebot

Montag, 27. November 2017, 14 Uhr bis
Freitag, 01. Dezember 2017, 13 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.

Seminarkosten

Seminarbeitrag	€ 590,-
Verpflegung und Übernachtung	€ 421,-

im Einzelzimmer
Das Angebot umfasst die Vollpension, nur auf die Übernachtung kann verzichtet werden.

Anmeldung

Nachname, Vorname

Firma

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Telefon, Fax

E-Mail

Berufliche Position

Seminar

Datum, Unterschrift

Anmelden können Sie sich schriftlich oder per E-Mail: weingarten@akademie-rs.de

Tagungshaus Weingarten

Akademie der Diözese Rottenburg-Stuttgart

Tagungshaus Weingarten

Kirchplatz 7

88250 Weingarten (Oberschwaben)

Tel. +49 751 56 86-0

Fax +49 751 56 86-222

weingarten@akademie-rs.de

www.akademie-rs.de

Verantwortlich:

Dr. Verena Wodtke-Werner

Anreise

Tagungshaus Weingarten

Mit der Bahn: Ab Bahnhof Ravensburg in 15 Minuten mit dem Bus Linie 1 bis Weingarten „Post“.

Zu Fuß die Treppe zur Basilika hoch, durch den linken Torbogen zur Rückseite der Klosteranlage.

Taxifahrpreis von Ravensburg ca. 14 €.

Mit dem Flugzeug: Der Flughafen Friedrichshafen ist 20 km entfernt und direkt an die Bahnlinie angeschlossen. Direktflüge nach Berlin, Dresden, Frankfurt, Graz, Hamburg, Köln/Bonn und Wien.

Mit dem PKW: Auf der B 30, Ulm – Friedrichshafen, Abfahrt „Weingarten“ in Richtung Weingarten.

Drei Kilometer geradeaus Richtung Wolfegg. Nach kurzem Anstieg der Straße der Beschilderung „Kath. Akademie“ nach rechts folgen.

Parkplätze: Im Innenhof und seitlich des Tagungshauses stehen 45 Parkplätze zur Verfügung. Um auf den Parkplatz zu gelangen, muss an der Rezeption ein Parkschein abgeholt werden.

Auf dem äußeren Klosterhof stehen weitere 58 Parkplätze zur Verfügung zum Tagespreis von 3,- € (Mo – Fr). Von 18.00 – 8.00 Uhr und am Wochenende ist das Parken kostenlos.



