

Ich+Du+Wir im Einklang!

Erlebnis-Seminar + Best Practices
„Kommunikationshilfen und Konfliktlösungen für den Büroalltag“

Was ist unser Ansatz?

Wir vermitteln führende Lösungsansätze und Hintergrundwissen aus

- Coaching und Beratung
- Psychologie und Psychotherapie
- Hirnforschung
- Leadership und Management

Warum gerade wir?

Bernd Daus war drei Jahrzehnte in der Volkswagen AG als Organisator und Prozessberater tätig. Er hat u.a. Seminare für Prozessmanagement und Arbeitsorganisation konzipiert und geleitet. Seine ganzheitliche, auf das Individuum ausgerichtete Sicht, wird stark durch seinen Beruf als Heilpraktiker mit Blick auf Körper, Geist und Seele geprägt.

Wolf Zedlitz ist seit 1988 in der Jugendsozialarbeit tätig, seit 2005 in einem Reintegrationsprojekt für Schulverweigerer. Seit 2013 arbeitet er als Trainer und Seminarleiter für das Institut für Burnout-Prävention, Hamburg.

Rahmenbedingungen

- Die Seminare werden grundsätzlich mit 2 Trainern durchgeführt.
- Preis auf Anfrage

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf ...

Bernd Daus
Dipl.-Ing, Personalentwickler
und Heilpraktiker
Saseler Chaussee 197a
22393 Hamburg
040 60013105
bernd.daus@chi-dojo.de

Wolf Zedlitz
Dipl.-Soz.-Päd
Hirschgraben 70
22089 Hamburg
0172 5171739
w@cubolino.de

09.03.2015

Ich+Du+Wir im Einklang!

Erlebnis-Seminar + Best Practices
„Kommunikationshilfen und Konfliktlösungen für den Büroalltag“

**... Ein guter Charakter kann zuweilen
den Erfolg im Leben außerordentlich
behindern...**

[George Bernhard Shaw]

Zielgruppe:

Kollegen und Führungskräfte

Probleme ...

- Ein stark karriereorientierter Kollege spielt Machtspiele mit Ihnen. Sie fühlen sich ohnmächtig oder manchmal sogar bedroht?
- Ein ausgeprägter Selbstdarsteller ist nicht zu bändigen, Besprechungen werden unerträglich. Sie erreichen ihre Ziele nicht.
- Sie wälzen sich nachts im Bett, weil der Berufsalltag Sie gedanklich nicht zur Ruhe kommen lässt?
- Sie fühlen sich mit konzeptionellen Änderungen und Konflikten im Berufsalltag weitgehend allein gelassen?

Dann geht es Ihnen wie vielen Ihrer KollegInnen.

... und Lösungen

- Wir werden bewährte Lösungsstrategien zum Umgang mit „schwierigen Situationen in der Kommunikation“ wieder entdecken, andere kennen lernen und kreative Umgangsformen entwickeln.
- Wir werden erfahren, wo und wie wir uns schnell wirksame Hilfe holen können, wenn wir sie brauchen.
- Wir werden uns in unserem Berufsalltag, insbesondere in Konfliktsituationen, gestärkter, kompetenter, handlungsfähiger und gelassener fühlen.

Ich+Du+Wir im Einklang!

Erlebnis-Seminar + Best Practices

„Kommunikationshilfen und Konfliktlösungen für den Büroalltag“

Im Laufe des Tages:

Wir erarbeiten gemeinsam das „Big Picture“ aller denkbaren Lösungsstrategien, die uns helfen und entlasten können und konzentrieren uns auf die, in denen wir selbst wirksam handeln können.

Wir erarbeiten allgemeingültige „Gelingenskriterien“, um unsere eigenen Lösungsansätze auf ihre wahrscheinlichen Erfolgsaussichten überprüfen zu können.

Wir erfahren den derzeitigen Wissensstand über die Bedeutung von Bedürfnissen, Emotionen, Bewertungen, Ärger, Angst und anderen Faktoren.

Wir entwickeln Ideen, wie wir Krisen präventiv verhindern und unsere KollegInnen wirkungsvoll durch aktuelle Krisen begleiten können.

Mit „Speed Coaching“ trainieren wir eine kraftvolle Methode, wie wir in wenigen Minuten „zwischen Tür und Angel“ kreative Lösungsideen entwickeln können.

Mit der „Kollegialen Fallberatung“ trainieren wir eine klar strukturierte Methode zur Nutzung kollegialer Ressourcen für konkrete Problemsituationen.

In mentalen Trance-Übungen lernen wir die Anwendung und Nutzung von Körperankern für die schnelle Wiederherstellung von Gelassenheit, Souveränität und Zuversicht im Alltag.

Was ist der nachhaltige Nutzen?

Wir stärken die Kolleginnen und Kollegen durch informelle Vernetzung zur kollegialen Hilfestellung.

Gelassenheit, Zuversicht und natürliche Autorität werden durch regelmäßige Wiederholung der mentalen Übungen gestärkt.

Die Kenntnis der Zusammenhänge sowie die Anwendung der Methoden der konkreten kollegialen- und Selbsthilfe wirken Vereinzelung, Ohnmacht und Überforderung entgegen.

Neu erworbenes Hintergrundwissen kann sofort im Alltag auf seine Relevanz überprüft und für das „Führen in der Krise“ genutzt werden.

Ich+Du+Wir im Einklang!

Erlebnis-Seminar + Best Practices

„Kommunikationshilfen und Konfliktlösungen für den Büroalltag“

Der Tag im Überblick:

Musterablauf

Agenda

- 8:30 Vorstellung, Agenda, Ziele
- 9:00 Motivation: Das Wesen des Wandels
- 9:10 Übung: Speed Coaching
- 9:30 Übung: Das „Big Picture“
- 10:30 Gesellschaftlicher Wandel...
- 10:45 **Kaffeepause**
- 11:00 Der Umgang mit Stress
- 11:15 Tranceübung: "Die Ruheinsel"
- 11:40 Best Practice: Führungstechniken
- 12:00 Konfliktmanagement
- 12:10 Übung: Nuggets austauschen
- 12:25 Best Practice: Kommunikationstechniken
- 12:45 Übung: Nuggets austauschen
- 13:00 **Mittagspause**
- 14:15 Menschenbilder als Charaktermerkmale
- 14:35 Emotionen in der Kommunikation
- 14:50 Übung: Nuggets austauschen
- 15:05 Nie mehr Ärger mit dem Ärger
- 15:40 Tranceübung: "Ein Haus voller Freunde"
- 16:00 **Kaffeepause**
- 16:15 Erfolgsfaktoren
- 16:30 Übung: Kollegiale Fallberatung
- 17:40 Abschluss, Ausblick
- 17:50 Feedback, Ergebnissicherung
- 18:00 **Ende**

Die Lernmittel:

- Teilnehmerunterlagen als Handout
 - Fotoprotokoll
 - Literaturliste
 - Audiomaterial mit drei Tranceübungen
 - 1) Deine Ruheinsel (Körperentspannung)
 - 2) Dein Haus voller Freunde (Wertschätzungserfahrung)
 - 3) Das Feld deiner Talente (Selbstwertsteigerung)
- (Musik: Wolf Zedlitz, Text: Bernd Daus)