

Neue Seminarkonzepte 2021

Thema und Trainer/in	Inhalte in Stichworten
<p>Seminare für Mitarbeiter/innen</p>	
<p>Die besten Entspannungs- und Energetisierungs-Methoden für mehr Arbeits- und Lebensqualität - Jule Lawall - 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sympathikus und Parasympathikus: Die gesunde Balance von Spannung und Entspannung • Entspannungstechniken für den Körper und den Geist • Energietankstelle: Einfache Übungen, um fit und wach zu werden
<p>Krisenkraft Die Kunst in schweren Zeiten stark und zuversichtlich zu bleiben - Sabine Bürgermann oder Jule Lawall - 2 Tage (auch als Online Training buchbar)</p>	<p>Ich kann Kraft gewinnen durch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selbstklärung und mentales Empowerment • wohltuende Rituale und gesunde Gewohnheiten • Vertrauen in die eigenen Stärken sowie einer klaren Ausrichtung • Vernetzung und Verbundenheit
<p>Gesund und munter: Fit bleiben in Teilzeitarbeit - Claudia Dierkes - 3 mal 0,5 Tage (auch als Online-Training buchbar)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Was macht mich munter, was macht mich müde: Selbsterkenntnis als Basis für Ihre individuelle Gesundheitsfürsorge • Smarte Bewegungspausen: Einfache Übungen, die Sie wieder munter machen • Spagat zwischen Familie und Beruf: Welche Zeitmanagementtools können mir helfen?

Thema und Trainer/in	Inhalte in Stichworten
<p>Seminare für Mitarbeiter/innen</p>	
<p>Beziehungsmanagement Durch Begegnungen wachsen - Susanne Grote - 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Das eigene Selbstverständnis: Kennenlernen der eigenen Gefühle, Reaktionen und Verhaltensmuster • Emotionale Kompetenz in der Kommunikation: Gegensätze in der Beziehung als Chance und Bereicherung erkennen • Die Macht der Sympathie: Die Kunst des Small Talks • Vom Ich - zum Du - zum Wir: Verschiedene Menschentypen und „artgerechte“ Ansprache – Füreinander da sein und achtsam im Kontakt bleiben
<p>Online-Angebot: Female Empowerment - Die Kraft in jeder Frau - Jule Lawall - 2 Tage (online – je 3 Blöcke a 1,5 Stunden)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mich selbst erkennen: Bewusstsein für meine ganz eigenen Stärken entwickeln • Mein Denken hat Power: Hinderliche Denkmuster entlarven und durch kraftvolle ersetzen • Sichtbarwerden: Vom Mut, das eigene Licht leuchten zu lassen
<p>Positive Psychologie Praktische Hilfen für ein gelingendes Arbeitsleben - Jule Lawall - 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Was genau ist Positive Psychologie und wie kann ich sie für mich nutzen? • Erlerner Optimismus: Eine hilfreiche Haltung trainieren • Hirnforschung: die positiven, neuronalen Netzwerke im Gehirn stärken • Reibungsverluste vermeiden: Verzeihen als befreiende Grundhaltung
<p>Produktiv im Homeoffice - Thorsten Reichert oder Linda Wulff - 1 Tag</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zwischen Arbeit und Privat: Typische Fallen für Produktivität und Gesundheit ausschalten • Raum für gemeinsamen Austausch, koordinierte Zusammenarbeit im Team und vollständigen Informationsfluss schaffen • Zeitmanagement und Arbeitsorganisation im Home-Office

Thema und Trainer/in	Inhalte in Stichworten
<p>Seminare für Führungskräfte</p>	
<p>Neue Mitarbeiter erfolgreich integrieren, einbinden und halten - Sabine Bürgermann - 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Klar Schiff machen: Warum die Einarbeitung schon vor dem ersten Tag beginnen sollte. Die richtige Vorbereitung des Teams und die Planung der Einarbeitungsphase • Klare Sicht: Erwartungen transparent machen und den psychologischen Vertrag gestalten • Volle Fahrt voraus: Die einzelnen Phasen des Onboarding-Prozesses vom Vertrag bis zum Ende der Probezeit professionell gestalten
<p>Führung in Zeiten von New Work: Mitarbeiter auch an unterschiedlichen Standorten erfolgreich führen - Ute Lambolely oder Linda Wulff - 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • New Work: Warum überhaupt? Aktuelle Herausforderungen und Erfolgsfaktoren für die Führung • Rollen der Führungskraft im Kontext New Work: Wie finde ich angemessene Balance zwischen Vertrauen und Kontrolle? • Erfolgreich zusammenarbeiten: Hilfreiche Tools, die trotz Distanz eine gute Zusammenarbeit ermöglichen
<p>Auf dem Weg zum Dreamteam – überarbeitete Ausschreibung - Ute Lambolely - 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Geheimnisse guter Zusammenarbeit: hilfreiche Tipps und Tools, wie die Zusammenarbeit von Teams optimiert werden kann • Geld, Lob oder Erfolg: Wie motiviere ich wen? • Teambildung und Teamentwicklung – was braucht mein Team wann? • Kommunikation aus der Distanz: Verbindlichkeit, Abstimmung und gute Gespräche fördern • Tipps und Tools, die aus dem agilen Projektmanagement auf Teams übertragbar sind

Thema und Trainer/in	Inhalte in Stichworten
<p>Seminare für Führungskräfte</p>	
<p>Führungsfeedback professionell annehmen - Linda Wulff oder Ute Lamboley - 0,5 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sinn, Zweck und Bestandteile des Führungsfeedbacks • Das Team vorbereiten und den Rahmen für ein ehrliches, konstruktives Feedback schaffen • Selbst- und Fremdbild: Umgang mit unserem WahrnehmungsfILTER • Kernaussagen filtern, Interpretationen und Bewertungen vermeiden
<p>Mobbing am Arbeitsplatz Daten - Fakten - Handwerkszeug - Sabine Bürgermann - 2 Tage</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Was ist Mobbing und was unterscheidet Mobbing von Konflikten und Streitereien? • Welche Alarmsignale und Mobbingstufen gibt es und wann kann und sollte man einschreiten? • Was kann ich aktiv tun: als Opfer, als Kollege und als Vorgesetzter • Das „Dramadrieeck“ in Theorie und Praxis Von Opfern, Rettern und Verfolgern

Wenn Sie nähere Informationen wünschen, senden wir Ihnen die ausführlichen Konzepte gerne zu!