

Erweckung des eigenen Potenzials

Angebote der Kooperationspartner von 7Semicon

Ulrike Wörrle:.....	2
Mattias Eisenhuth:	3
Prof. Krijn de Best.....	4
Edna Gatza.....	5
Julia Sobainsky.....	6
Dr. Dieter Barkowski, Ulrike Schormann-Elsing	7

Ulrike Wörrle:

bearbeitet dieses Thema je nach Bedarf der Zielgruppe:

- Wie kann ich meine eigenen Fähigkeiten und Ressourcen kennen lernen und besser entfalten?
- Meine Rollen, potenzielle Herausforderungen und Herangehensweisen
- Wie kann ich mich selbst in einen guten Zustand versetzen?
- Eigene Ziele formulieren und erreichen
- Strategien zur effektiven Stressbewältigung in Alltag und Beruf entwickeln
- Meine optimale Entspannungstechnik herausfinden und anwenden
- Umgang mit Konflikten und Lösungsideen entwickeln
- Wie kann ich mich und andere gut motivieren?
- Öffnen der Zugänge zur und Nutzen der individuellen Kreativität

Als Seminar (höchstens 14 Teilnehmer) mindestens 3 Tage – 1.600/Tag zzgl. Vorbereitung

Ich arbeite systemisch mit Elementen aus verschiedenen Richtungen u. a. auch NLP. Methoden, die ich anwende: Input, Einzel- und Paarübungen, Rollenspielen, Entspannungs- und Bewegungstechniken.

Idealerweise ist das in einem netten kleinen Seminarhotel mit Übernachtung, weit entfernt von der Arbeit.

Als Personal Coaching mindestens 3-5 Sitzungen à 2 h. (250 €)

Mattias Eisenhuth:

Seminarinhalte:

- entdecken der persönlichen Werte
- entwickeln einer eigene Vision
- Formulieren der persönlichen Mission
- Strategie und Zielplanung
- ergründen und erleben der eigene Stärken
- erkennen und abbauen von persönlichen Hindernissen
- erleben „Sinn“voller Wahrnehmung

Methoden:

Impulsgebung, Feedback, Planung- und Durchführung Beispielprozessen, Storytelling, Traumreisen, gemeinsame Naturerlebnisse

Dauer: 2 - 3 Tage
Preis: 1625,00 Euro/pro Tag zzgl. MwSt. und Aufwendungen
TN-Zahl: 4 – 6
Ort: Waldnahes, wertegeprägtes Hotel

Prof. Krijn de Best

This type of programme I conduct on an individual basis, so a one-on-one situation.

First step:

Intake a 4 hours interview where I establish the demands of the client, the possibility that the goal can be reached and the degree in which I am the right person for the job. If both the client and I feel that we can work successfully together, I make a planning for the programme. A test (LSI = Life Style Inventory) is part of the intake. The client always gets feedback on the test.

Second step:

For 3 months we have two sessions each month. Each session is 4 hours. In between we keep in touch by email (exception might be by phone). We finish with evaluating the progress and decide whether to continue or not. Continuation will be again for 3 months. The relation will never exceed one year.

As you know, the basis of my programmes is the approach by Ellis, called RET (Rational Emotive Therapy).

Price 1000€ / Session = 4 hours zzgl. MwSt. und Aufwendungen

Edna Gatza

Berufliche Umorientierung / Karriereumbruch / Lebensveränderung

Rückblick in die Vergangenheit

1. Geschichte / Traumvorstellung der ersten Berufsbilder als Kind und Jugendlicher
2. Erfolgreiche Erlebnisse / Erfahrungen im Team und alleine
3. Fähigkeiten und Kompetenzen, die zum Erfolg geführt haben

Gegenwärtige berufliche und persönliche Standortbestimmung

- Definition von Erfolg
- Persönliche Werte
- Charakterzüge
- Persönliche Stärken und Lernfelder erkennen
- Fähigkeiten und spezielle Kompetenzen

Zukunftsszenarien

- Visionen und Ziele definieren
- Definition von diversen Möglichkeiten
- Definition der erforderlichen Kompetenzen
- Wege der Kompetenzerweiterung
- Überprüfung der Kompetenzerreichung
- Chancen und Perspektiven

Umgang mit Widerstand im Veränderungsprozess

Stärkung des Selbstbewusstseins

Praktische Herangehensweisen für die Umsetzung der Veränderung

Methoden

- Einzelübungen, Austausch mit anderen, Selbstbild/Fremdbildabgleich, Phantasieren, bildliche Darstellungen, Fragetechniken

Honorar

Gruppentraining: € 1500 (deutsch), € 1800 (englisch) pro Tag; Teilnehmerzahl: max. 12

Einzelcoaching: € 250 (deutsch, pro Std), € 280 (englisch, pro Std)

Julia Sobainsky

Wissen Sie was alles in Ihnen steckt?

Die meisten Menschen wissen dies nicht. Über Jahre füllen wir unsere sozialen Rollen aus, sind Führungskraft oder Mitarbeiter, Vater oder Mutter, Sohn oder Tochter, Freund, Freundin, Nachbar, Elternbeirat, Vorstand im Sportverein.

Wir geben unser Bestes und sind auch wirklich gut. Aber über all dem denken wir nicht mehr über uns nach. Über unsere Möglichkeiten, Ressourcen und Potenziale. Wir überraschen uns nicht mehr selber, weil wir damit beschäftigt sind das zu tun, was wir schon immer getan haben.

Fortentwicklung findet aber immer auf dem Nährboden des Neuen statt. Und manchmal würde es uns auch reizen, uns von einer anderen Seite kennen zu lernen.

Welches Potenzial steckt in Ihnen? Möchten Sie sich von einer neuen Seite kennen lernen?

„Erweckung des eigenen Potenzials“ ist ein Seminar, was auf spielerische Weise Ressourcen aufdeckt, Möglichkeiten zeigt, neugierig macht auf sich selber. Die beste Voraussetzung, um sich selber besser kennen zu lernen, Veränderungen und Entwicklungen zu beschleunigen, Ziele neu zu stecken.

Übungen aus dem Schauspieltraining, dem Neurolinguistischen Programmieren (NLP), Elemente aus der Aufstellungsarbeit, dem systemischen Coaching, Kreativtechniken und Selbstbild-Fremdbild-Arbeit helfen, in einer kreativ-entspannten Atmosphäre sich selber neu zu entdecken und zu definieren.

„Erweckung des eigenen Potenzials“ kann sowohl als Seminar als auch im Einzelcoaching Anwendung finden. Die genauen Inhalte werden in Absprache mit dem Klienten festgelegt.

Setting:

Einzeltraining: Arbeit über halbe Tage (ca. 4 Std. = 1 Sitzung), Anzahl und Häufigkeit der Sitzungen abhängig vom Bedarf des Coachees. 800,- € zzgl. gesetzl. MwSt./ pro Sitzung + Spesen

Seminar: Max. 10 Personen, großer Raum, nicht Inhouse (in jedem Fall ist ein Raum in einiger Entfernung zum Arbeitsplatz zu bevorzugen).
2-3 Tage, 1600,- €/ Tag zzgl. gesetzl. MwSt + Spesen

Dr. Dieter Barkowski, Ulrike Schormann- Elsing

Die eigenen Persönlichkeit besser kennen und weiter entwickeln können

Mitarbeiter, die in Kontakt zu anderen Kollegen, zu Führungskräften und auch zu Kunden stehen, sind gut beraten, wenn sie sich über die Grundlagen ihres Verhaltens im Klaren sind. Was macht sie erfolgreich? Welche Persönlichkeitsmerkmale bzw. Verhaltensweisen „stören“ eher im Kontakt? Wo liegt also das Potential des Einzelnen? An welchen Stellen soll man ansetzen, um die vorhandenen Potentiale noch weiter zu entwickeln? Will man sich weiter entwickeln, ist es notwendig, in einem ersten Schritt zu erkennen, welche Potenziale man mitbringt.

Genau hier setzt das Seminar an. Mit Hilfe des „Structogram® - Die Biostruktur-Analyse“, kann ein jeder kurzfristig seine gegebenen Potentiale erkennen. Das Verfahren steht unter dem Motto : *„Wir können nicht alles sein, was wir sein möchten. Aber wir können all‘ das werden, was uns möglich ist.“* (Dean Hamer). Nach Aussagen der Autoren gibt es kein Patentrezept, um erfolgreich zu werden. Und es gibt auch nicht den „Einheits-Typ“ des Erfolgreichen. Was aber gilt, ist, dass den dauerhaft erfolgreichen Menschen vom weniger erfolgreichen seine Authentizität, das heißt die Stimmigkeit zwischen seiner veranlagten Persönlichkeitsstruktur und seinem erlernten und ausgeübten Verhalten unterscheidet. Ziel muss es daher sein, zu wissen, welche veranlagte Persönlichkeitsstruktur mir zu eigen ist, um sich dann daraufhin zu überprüfen, ob man in seinem beruflichen wie auch privaten Leben im Einklang mit dieser eher unveränderlichen grundlegenden Persönlichkeitsstruktur lebt und verhält.

Ziele

Auf Basis der Kenntnis der eigenen „Persönlichkeit“ wissen die Teilnehmer, wie sie auf andere wirken, was sie im Umgang mit anderen erfolgreich macht und wo noch Potenzial für Weiterentwicklung vorhanden ist. Sie können andere Menschen besser verstehen und einschätzen und ihr eigenes Verhalten auf deren „Persönlichkeiten“ einstellen.

Inhalte

- Sich selber verstehen lernen (Structogram®)
- Was macht mich erfolgreich – was hindert mich an noch mehr Erfolg?
- Wie machen ich potenziale nutzbar?

Durchführung

Das Seminar beginnt mit der Durchführung des Structograms® und der individuellen Analyse der Ergebnisse. Aufbauend hierauf können dann in Rollenspielen und Workshop-Sequenzen Ableitungen für das jeweilige Arbeitsfeld der Teilnehmer getroffen werden.

Trainer

Dr. Dieter Barkowski, Diplom-Psychologe und Diplom-Pädagoge, zertifizierter Structogram®-Trainer; seit mehr als 20 Jahren als Trainer in den Themenfeldern Führung, Vertrieb, Kommunikation und Teambildung für Unternehmen der verschiedensten Branchen tätig

Ulrike Schormann-Elsing, Diplom-Pädagogin, zertifizierte Structogram®-Trainerin; seit vielen Jahren als Personal- und Organisationsentwicklerin in Unternehmen der IT- und Versicherungsbranche tätig.