



Seminare
Coaching



ÜBERBLICK 2021 SEMINARTHemen & LEISTUNGEN

- ⊕ Ziele
- ⊕ Inhalte
- ⊕ Formate

von Stefanie Wunsch & Wolfgang Block

UNSERE METHODEN IN TRAININGS & SEMINAREN

⊕ Klassisches – na klar

- ▶ analog
- ▶ digital
- ▶ hybrid

⊕ NLP

⊕ Systemische Methoden

⊕ Improtheater

⊕ Outdoor

⊕ morgen? Was es braucht!

⊕ Immer gut vorbereitet

⊕ Dicht an den Lernenden

⊕ Unterlagen mit direktem Nutzen

⊕ manchmal haben wir auch einen Hund mit dabei



Seminare
Coaching

FREIRAUM
TRAINING

THEMA: SELBSTMANAGEMENT

ZIELE

Informationsüberfluss, ständig wechselnde und wachsende Anforderungen sind unser Alltag. Oft braucht es nur wenige Methoden, strukturiert angewandt, damit die eigene Arbeit auf das Wesentliche fokussiert wird und das auch für andere erkennbar ist. Teilweise begleiten uns Glaubenssätze und gesellschaftliche Anforderungen, die uns kontraproduktiv leiten. Diese aufzuheben sind Schlüsselerlebnisse für stressfreieres Arbeiten.

SEMINAR-THEMEN

Zeitmanagement

- ▶ Struktur
- ▶ Methoden
- ▶ persönlicher Aufbau

Strategisches Handeln

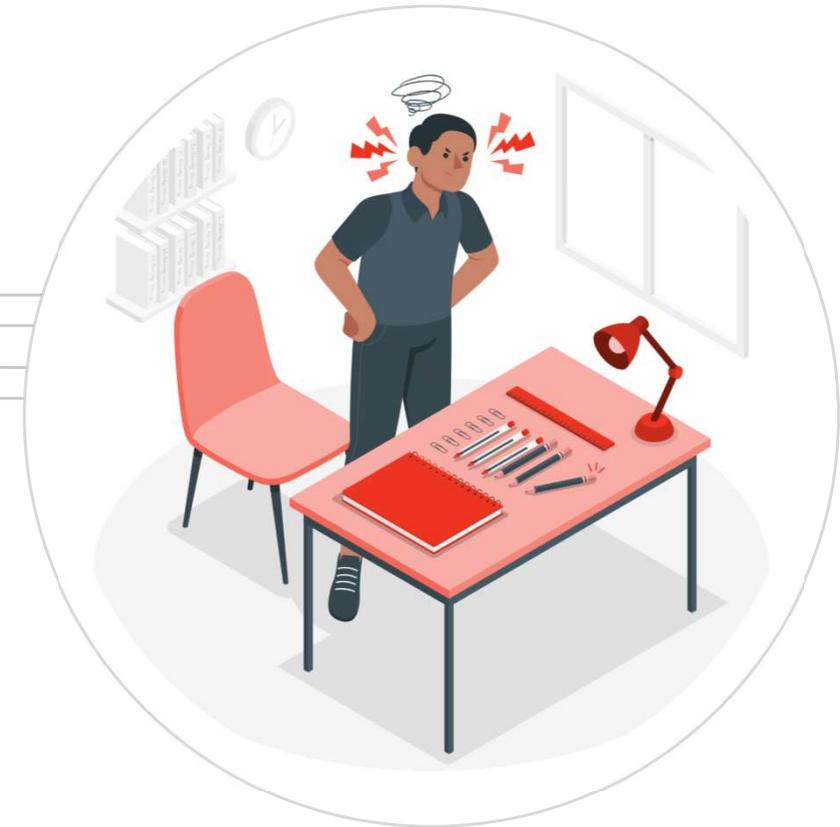
- ▶ Langfristigkeit & Improvisation ist möglich
- ▶ Aus der Zukunft rückwärts handeln
- ▶ Selbstführung

Selbstmanagement

- ▶ Innere Führung übernehmen
- ▶ Rollen-Klärung
- ▶ Organisation

Prüfungsvorbereitung

- ▶ strukturiertes Lernen
- ▶ Prüfungs-Souveränität
- ▶ Kompetenz-Fokus



Seminare
Coaching

FREIRAUM
TRAINING

THEMA: KOMMUNIKATION - MIT MEHREREN BETEILIGTEN

ZIELE

Beruflich geht es oft „um die Sache“. Allerdings trägt die Metakommunikation, also die Art und Weise des Austauschs, der Informationsweitergabe, der Entscheidungsfindung uvm. wesentlich dazu bei, was wie verstanden wird. Trainings zu spezifischen Kommunikationsthemen dienen der Reduktion von Reibungsverlusten, Abbau von Missverständnissen und Aufbau gegenseitigen Verständnis, gerade dann, wenn es darauf ankommt.

SEMINAR-THEMEN

Moderieren | Präsentieren

- ▶ Aufbau
- ▶ Durchführung
- ▶ Kompetenz & Authentizität

Verhandeln

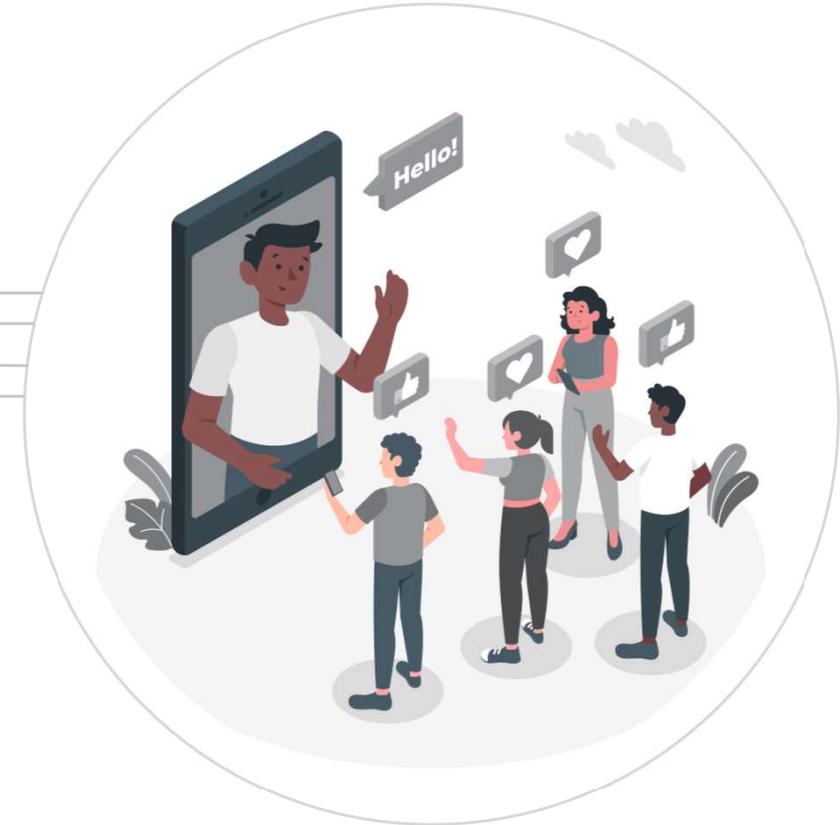
- ▶ interne & externe Partner
- ▶ Vorbereitung
- ▶ win-win Lösung

Meetings

- ▶ wirksame Beteiligung
- ▶ klare Strukturen
- ▶ hohe Motivation aller

Wissenstransfer

- ▶ Inhalte
- ▶ Prozess
- ▶ Beteiligte



Seminare
Coaching

FREIRAUM
TRAINING

THEMA: KOMMUNIKATION - IN SPEZIELLEN SITUATIONEN

ZIELE

Beruflich geht es oft „um die Sache“. Allerdings trägt die Metakommunikation, also die Art und Weise des Austauschs, der Informationsweitergabe, der Entscheidungsfindung uvm. wesentlich dazu bei, was wie verstanden wird. Trainings zu spezifischen Kommunikationsthemen dienen der Reduktion von Reibungsverlusten, Abbau von Missverständnissen und Aufbau gegenseitigen Verständnis, gerade dann, wenn es darauf ankommt.

SEMINAR-THEMEN

Mitarbeiter-Gespräch

- ▶ Aufbau
- ▶ Durchführung
- ▶ Monitoring

Einarbeitung

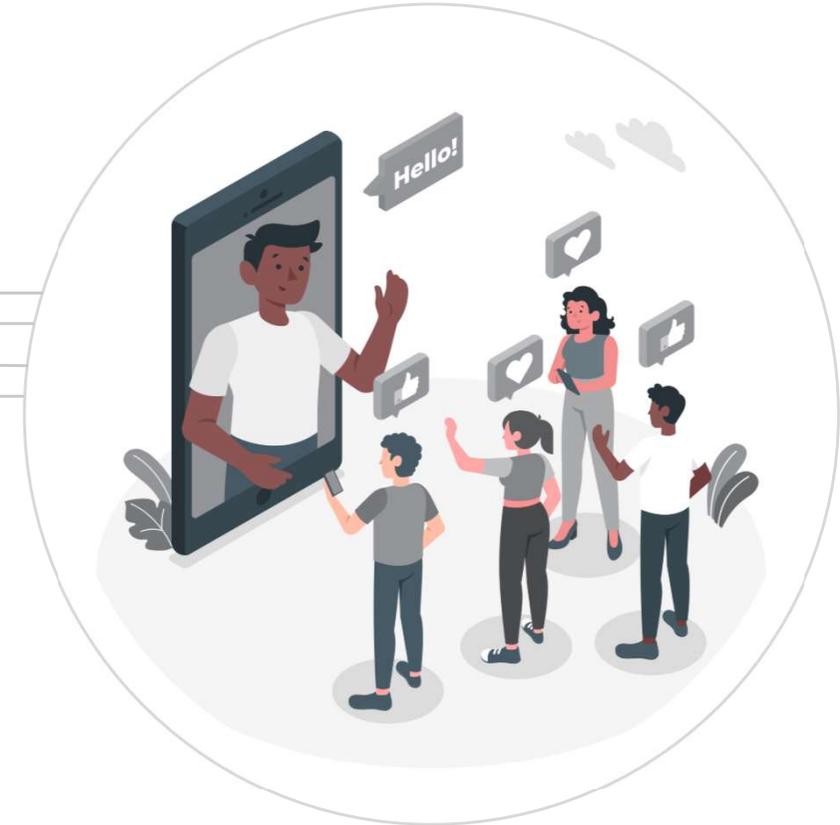
- ▶ Neu als Profi o. Newbi
- ▶ Ziele & Prozess
- ▶ Unterstützung

Interkulturell kompetent

- ▶ Kultur & Persönlichkeit
- ▶ Bedeutung
- ▶ Verständnis & Passung

Ihr Thema

- ▶ was es braucht
- ▶ was ist dann besser
- ▶ wer macht mit



Seminare
Coaching

FREIRAUM
TRAINING

THEMA: KOMPETENZAUFBAU

ZIELE

Lebenslanges Lernen ist sowohl fachlich als auch überfachlich unentbehrlich für die persönliche Entwicklung als auch das berufliche Umfeld. So schnell wie 2020 waren wir lange nicht. Lernen und Kompetenzaufbau bei anderen will aber auch gelernt sein. Psychologische, pädagogische und didaktische Mittel unterstützen und motivieren jeden Lerntypen.

SEMINAR-THEMEN

Lernen | Lehren | Anleiten

- ▶ Theorie & Praxis
- ▶ Lernziele
- ▶ Didaktik & Prozess

Persönliche Entwicklung

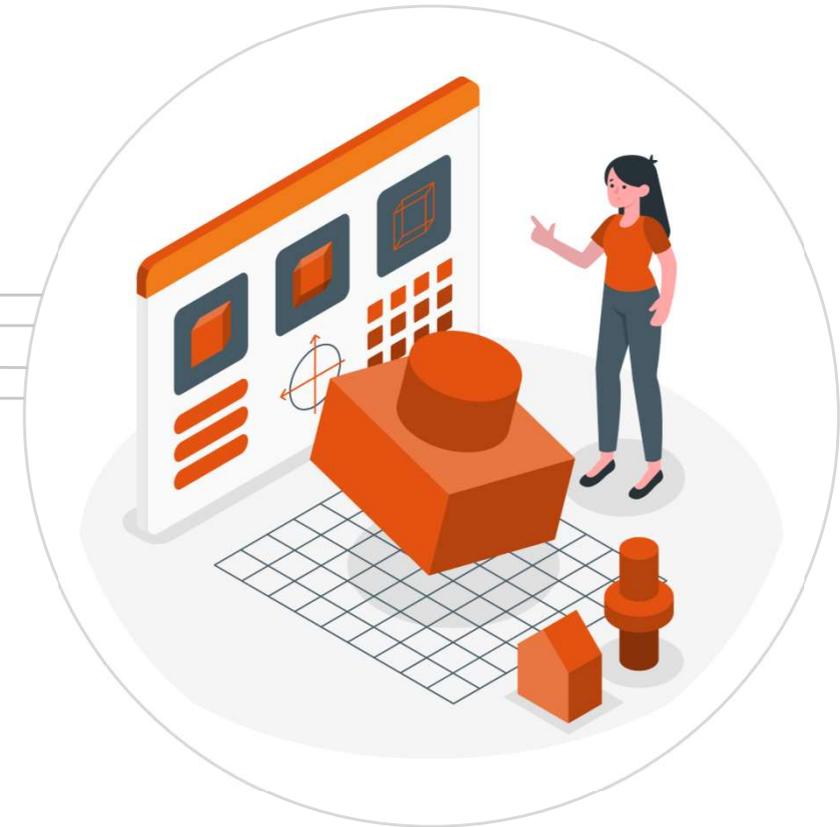
- ▶ Abbau innerer Blockaden
- ▶ Stärken eigener Ressourcen
- ▶ Wesentliches

Train The Trainer

- ▶ Neurowissenschaft
- ▶ Methoden & Didaktik
- ▶ Persönlichkeit

Ihr Thema

- ▶ was es braucht
- ▶ was ist dann besser
- ▶ wer macht mit



Seminare
Coaching

FREIRAUM
TRAINING

THEMA: KONFLIKT

ZIELE

Konflikte am Arbeitsplatz nehmen zu, wenn der Stress steigt. Anpassungsfähigkeiten sind dann häufig ausgereizt. Gleichwohl rauben Konflikte, die nicht konstruktiv in neue Perspektiven münden, Energie: nicht nur den Beteiligten Personen, sondern auch Dritten und der Abteilung. Hier geht es um den eigenen Stil, die Art und Weise der Verständigung, und das Verstehen, wie Prozesse bzw. Strukturen Konflikte fördern bzw. reduzieren können.

SEMINAR-THEMEN

Konfliktmanagement

- ▶ Prozesse unter der Lupe
- ▶ Systembetrachtung & Veränderung
- ▶ Personenunabhängig

Konfliktgespräche

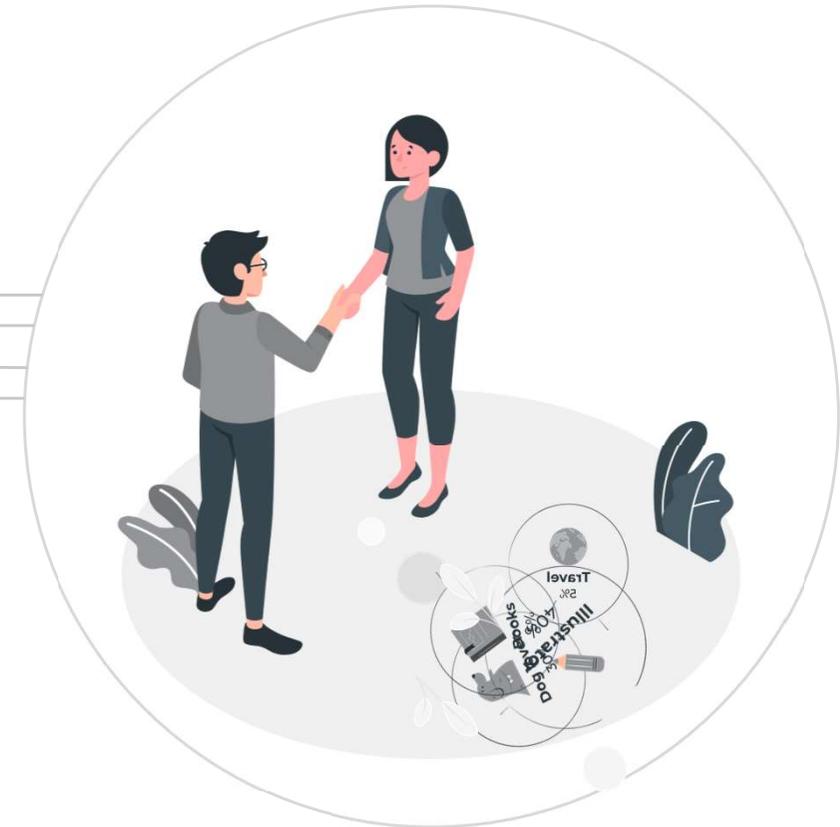
- ▶ Reflektion & eigener Stil
- ▶ Gesprächs-Techniken
- ▶ neue Ziele

Konfliktklärung

- ▶ Selbstreflektion: eigener Anteil & innere Haltung
- ▶ Langfristigkeit
- ▶ Energie zurück gewinnen

Ihr Thema

- ▶ was es braucht
- ▶ was ist dann besser
- ▶ wer macht mit



Seminare
Coaching

FREIRAUM
TRAINING

THEMA: TEAM

ZIELE

Teams haben viele Dimensionen: Ziele, Persönlichkeiten, Dynamik, Struktur, hohe Wirksamkeit uvm. Gelingende Teamarbeit ermöglicht jedem Mitglied selbstwirksam seinen Beitrag zu leisten, bereichert sich gegenseitig in Kompetenz, Abstimmung und Problemlösung. Es gilt Optionen auszuloten, um die stimmigsten Komponenten zu finden und einzusetzen - zwischen Selbstmanagement und gemeinsamer Ausrichtung.

SEMINAR-THEMEN

Team-Kultur

- ▶ Einschätzung & Ausrichtung
- ▶ Einarbeitung & Training
- ▶ Leitung in und zwischen Teams

Meetings

- ▶ Vorbereitung
- ▶ Durchführung
- ▶ Einbinden aller Beteiligten

Teamentwicklung

- ▶ Entwicklungsziele
- ▶ Stärken bündeln
- ▶ Brücken überwinden

Problemlösung

- ▶ Kreativ neue Optionen
- ▶ beste Entscheidung
- ▶ Lessons Learned



Seminare
Coaching

FREIRAUM
TRAINING

THEMA: FÜHRUNG

ZIELE

Führung hat neben den fachlichen viele Aufgaben. Entscheidungen, Trainieren, Koordinieren, Nicht-Demotivieren ist nicht immer intuitiv zu handhaben. Die eigene Rolle sowie Perspektiven zu erweitern und konstruktiv das Team zu leiten, kann erlernt werden. Immerhin verlassen die meisten guten Leute ihren Arbeitsplatz wegen mangelnder Führung. Das gilt es zu durchbrechen.

SEMINAR-THEMEN

Erste Schritte Führung

- ▶ Rollenklärung
- ▶ Ziele & Team
- ▶ Verhalten

Führungs-Methoden

- ▶ Organisation & Prozesse
- ▶ Mitarbeiter führen
- ▶ Team ausrichten

Führung im Dialog

- ▶ konstruktives Feedback
- ▶ klärende Fragen
- ▶ Tun & Lassen

Kollegiales Führen

- ▶ Führung braucht keine Macht
- ▶ Teamarbeit als System
- ▶ Gruppendynamik



Seminare
Coaching

FREIRAUM
TRAINING

THEMA: PROJEKTE

ZIELE

Kaum ein Vorhaben kann noch fachlich geplant und exakt so durchgeführt werden. Gut, dass die Projektarbeit auf viele wirkungsvolle Methoden und Zusammenarbeits-Formen zurückgreifen kann. Projektarbeit ist für Neulinge anfänglich irritierend. Mit der Zeit macht es Spaß, dass Vorhaben im Prozess, interdisziplinär und klar strukturiert erfolgreich umgesetzt werden können. Die Welt des agilen, klassischen und hybriden Projektmanagement bietet Spielräume im koordinierten Handeln.

Arbeiten in Projekten

- ▶ Projekt-Aufbau verstehen
- ▶ eigene Zuarbeit
- ▶ konstruktiv Miteinander

Change Management

- ▶ Veränderungen vorbereiten & begleiten
- ▶ Ziele, Menschen & Prozesse
- ▶ Überzeugend mitnehmen

Agil arbeiten

- ▶ Regeln & Struktur der Flexibilität und Rollen
- ▶ Transparenz durch KANBAN-Bord & Prozess

Projektstart

- ▶ Vorbereitung & Kick off
- ▶ Alle an Bord
- ▶ wer macht was wozu



Seminare
Coaching

THEMA: GESUNDHEIT

ZIELE

Körper und Geist sind ein Phänomen. Sie sind brilliant darin, destruktive Einflüsse von innen und außen sehr lange zu kompensieren. Allerdings nur bis zu einem gewissen Punkt. Ob langsames geistiges Ausbrennen oder somatisches Feedback, irgendwann haben wir unsere Gesundheit verspielt. Gesundheit heißt mit grundlegendem Wohlbefinden durch anstrengende Zeiten zu gehen, für sich zu sorgen und damit gleichwohl für andere im gleichen Umfeld.

SEMINAR-THEMEN

Innere Resilienz

- ▶ Faktoren & Haltung
- ▶ Einflüsse anders handhaben
- ▶ Achtsamkeit als Stärke

Gesund bleiben & führen

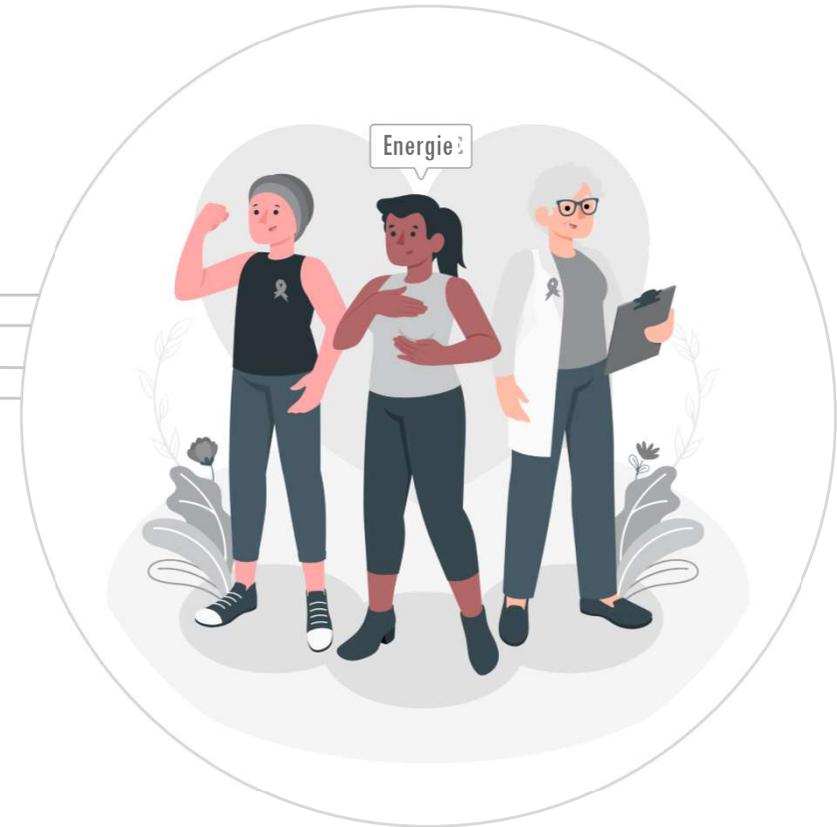
- ▶ Ansprüche & Befindlichkeiten
- ▶ Selbstklärung
- ▶ Gesundes Vorbild & Unterstützung

Achtsamkeitstraining

- ▶ Wahrnehmen, was ist
- ▶ Deutung verändern
- ▶ Fokus & Weitwinkel

Ihr Thema

- ▶ was es braucht
- ▶ was ist dann besser
- ▶ wer macht mit



Seminare
Coaching

FREIRAUM
TRAINING

THEMA: SPEZIELLES

ZIELE

Trainingsthemen erreichen uns auf gezielte Anfrage. Hier ein Überblick bereits durchgeführter Inhalte in unserer Kernkompetenz.

SEMINAR-THEMEN

Konzept-Entwicklung

- ▶ Ziele & Aufbau
- ▶ Zielgruppe
- ▶ auf den Punkt

Feedback-Kultur

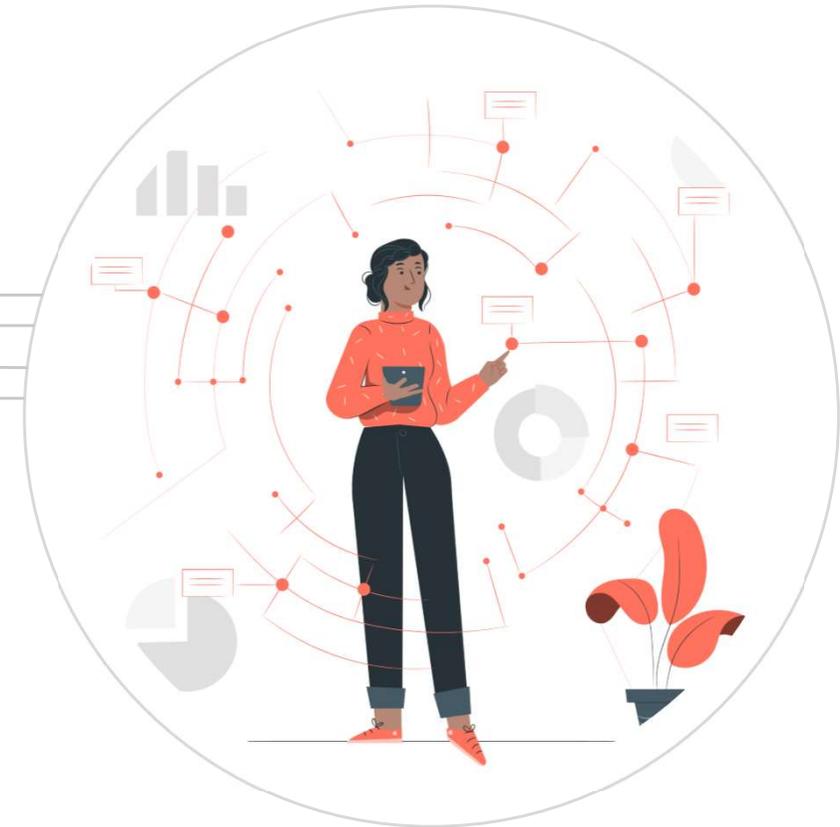
- ▶ Offenheit & Wohlwollen
- ▶ Feedback konstruktiv
- ▶ Miteinander statt
Übereinander reden

Motivation & Leistung

- ▶ Flow-Konzept
- ▶ Proaktivität
- ▶ Prokrastination

Gesprächsführung

- ▶ spezielle Zielgruppe
- ▶ echter Dialog
- ▶ win-win Gespräche



Seminare
Coaching

FREIRAUM
TRAINING

FORMATE TRAININGS & SEMINARE

⊗ Modulare Themen für

- ▶ 1/2 - tagig
- ▶ 1 - tagig
- ▶ 2 - tagig

⊗ Tw. vorbereitende Unterlagen fur die Teilnehmer*innen

⊗ Protokoll aller im Seminar entwickelten Unterlagen

⊗ Auf jeden Fall: mit großem Spaß & Engagement



Seminare
Coaching

FREIRAUM
TRAINING