18 | Persönlichkeit stärken - Grenzen setzen

"Praxis-Workshop zur Stärkung der Persönlichkeit und zum produktiven Umgang mit Grenzen, um sich selbst und andere Menschen klar sowie wertschätzend zugleich zu führen"

Zielgruppe - Business Line

Führungskräfte und Mitarbeiter aller Branchen, die ihre Grenzen bewusster wahrnehmen und aktiver Grenzen setzen möchten, um ihre (Selbst-) Führung, ihr Profil und ihre Persönlichkeit zu stärken und damit kurz- und langfristig einen produktiven Umgang mit den eigenen und fremden Ressourcen gewährleisten zu können.

Aktuell als Business-Coaching-Seminar mit 2 bis maximal 6 TeilnehmerInnen.
Mit Transfer-Coaching!

Inhalte des Seminars

- Persönlichkeit, Selbstvertrauen und Selbstführung
- Individuelle Standortbestimmung: Grenzen wahrnehmen - Grenzen setzen
- Typische Reaktionsmuster bei Anforderungen und Ansprüchen: Pflichtbewusste, Entflammbare, Mitleidende und Unsichere
- Hintergründe des persönlichen Verhaltens für sich erkennen und Entlastungsstrategien des persönlichen Musters nutzen
- Grenzen wahrnehmen: Analyse von hinderlichen Überzeugungen sowie Reflexion und Training persönlicher Alternativen
- Die Notwendigkeit, Grenzen zu setzen, um sich sowie andere führen zu können und Respekt als "Macht der Persönlichkeit" aufzubauen
- Positiv Grenzen setzen und Stellung beziehen: "Selbst-bewusst" entscheiden und Profil zeigen statt zu "re-agieren" und nachzugeben
- Bestehende Vereinnahmungsstrategien erkennen und langfristig erfolgreich überwinden
- Sind Selbstbestimmung und Gelassenheit lernbar? - Die "inneren Leistungstreiber" identifizieren, ihren Einfluss als Falle der Selbstführung verstehen und einen produktiven Umgang dazu im Alltag entwickeln
- Ressourcenstärkende Einstellungen entwickeln, den eigenen Zielfokus sowie Klarheit stärken und dennoch gut sowie wertschätzend mit anderen Menschen in Kontakt sein
- Aktive Persönlichkeitsentwicklung: Langfristige Veränderungen integrieren und kurzfristige Notfall-Strategien bewusster zur Selbststeuerung nutzen

Methoden

Interaktives Praxis-Seminar im Workshop-Format, gezielte Theorie-Inputs, Selbstreflexion, Partnerübungen, Einzel- und Gruppenarbeit, Diskussion / moderierter Erfahrungsaustausch im Plenum, Fall-Coaching mit individuellem Feedback durch die Gruppe und den Trainer, ausführliches Begleitmaterial (Handout), persönliches Profil "Typologie Ja-Sager" und "innere Leistungsantreiber sowie weiteren Transferhilfen für den Praxisalltag.

Visualisierung des Seminarprozesses inklusive Fotoprotokoll zur Nachbereitung

Transfer-Coaching | Monitoring zur Umsetzungsberatung /-unterstützung

Leitung

Petra Funke | Dipl.-Wirtschaftspädagogin, Geschäftsführende Inhaberin von DialogArt, Trainerin, Coach, Moderatorin & Beraterin im Team von DialogArt, langjährige Erfahrungen als Coach, Management-trainerin, Moderatorin und Beraterin für Veränderungsprozesse im Bereich Personal- und Organisationsentwicklung – ReissProfile™-Master | TMS™-Zertifizierung u.a. spezialisiert auf den Bereich Führungskompetenz und Führungskräfte-Entwicklung, Teamtraining, Kommunikation |

Rhetorik, Konfliktmanagement, Kunden- und Beschwerdemanagement, Selbst- und Stressmanagement, Methodenkompetenz, Train the Trainer sowie Team- und Organisationsentwicklung

Ort & Uhrzeit

Seminarraum DialogArt, Planckstr. 7a,
22765 Hamburg-Ottensen (Nähe DB-Bahnhof Altona)

Seminarzeiten 09:00 - 17.30 Uhr (inkl. Pausen)

Investition

400 € pro Person zzgl. MwSt.
(inkl. Tagungspauschale: Kursunterlagen, Mittagessen und Kaffeepausen)

Mehrbucher-Rabatt:
Für den zweiten Teilnehmer 10 % Rabatt (380 € jeweils pro Person zzgl. MwSt.)
Ab dem dritten Teilnehmer 15 % Rabatt (373,33 € jeweils pro Person zzgl. MwSt.)

In Kombination (Early-Bird + Mehrbucher-Rabatt):
Für 2 Teilnehmer je 10 % Rabatt, für den zweiten Teilnehmer + 5 % (370,50 € jeweils pro Person zzgl. MwSt.)
Für 3 Teilnehmer je 10 % Rabatt, für den zweiten Teilnehmer + 5 %, für den dritten Teilnehmer + 10 % (361 € jeweils pro Person zzgl. MwSt.) | Weitere Rabatte auf Anfrage!

Ihr Plus

Durchführungsgarantie ab 2 TeilnehmerInnen und mit maximal 6 TeilnehmerInnen

Transfer-Coaching | Monitoring zur Umsetzungsberatung /-unterstützung:
Vorbereitung des Transfers | Monitoring mit strukturiertem Vorbereitungsbogen (vorab per E-Mail) und anschließendem Online-Coaching-Termin (ca. 1 – 1,5 Std)
Der Online-Termin wird ca. 6-8 Wochen nach der Veranstaltung durchgeführt und wird mit der Gruppe individuell vereinbart!

Anmeldungen ohne Risiko und Stornokosten für Sie:
Falls es – wider Erwarten – zu einer weiteren Corona-Welle oder sonstigen Unwägbarkeiten für die Seminardurchführung kommen sollte, werden wir uns umgehend mit Ihnen in Verbindung setzen. Falls wir keine andere Möglichkeit der Umbuchung zu einem alternativen Termin finden, können Sie natürlich kostenfrei von Ihrer Buchung zurücktreten. **Versprochen!**

Zusätzlich werden wir Sie vor dem jeweiligen Seminarbeginn noch einmal über die dann aktuell geltenden Corona-Schutz- und Sicherheitsmaßnahmen informieren.

Download Seminarausschreibung - Flyer

Online-Anmeldung

Anmeldeformular online ausfüllen bzw.
Fax-Formular ausdrucken und an DialogArt schicken bzw. an 040 - 333 100 87 faxen!
Sie können uns auch eine Diese E-Mail-Adresse ist vor Spambots geschützt! Zur Anzeige muss JavaScript eingeschaltet sein. schreiben oder uns unter
Tel.: 040 - 333 100 47 anrufen!

Currently, no events are available.