

Mein Leistungskatalog:

Coaching und Supervision für Gruppen und Einzelpersonen im beruflichen Kontext; ich arbeite u.a. mit Modellen aus der Transaktionsanalyse.

Zum Thema Kommunikation z.B.:

- Besprechungen effektiv und effizient gestalten
- Basistraining „gute Kommunikation“
- Allgemeines Kommunikationstraining für ein effektiveres und effizienteres Arbeiten sowie einen respektvollen und wertschätzenden Umgang miteinander
- Konflikte ansprechen und lösen
- Lösungsorientierte Kommunikation
- Probleme ansprechen und lösen
- u.v.m.

Zum Thema Aufgaben von Führungs- und Leitungskräften

- Was heißt Leitung und („plötzlich“) Führungskraft für meinen Führungsstil?
- Wie möchte ich als Führungskraft sein?
- Wie möchte ich als Führungskraft von den Kollegen wahrgenommen werden?
- Rollen- und Aufgabenklarheit im Beruf
- Lösungsorientiertes Denken und Arbeiten fördern
- Begleitung von Mitarbeitern und Führungskräften in ihrem Umfeld
- (Teambuilding) Maßnahmen und Trainings bei Projektarbeit
- Umgang mit Kollegen, bei denen keine Weisungsbefugnis besteht
- Begleitung von Change-Management Prozessen
- u.v.m.

Zum Thema persönliche Weiterentwicklung und Entwicklung von Teams:

- Grenzen erkennen und setzen lernen (Bis wohin geht mein Wirkungsbereich?)
- Begleitung von Change-Management Prozessen im Leben
- Ausgeglichen- und Zufriedenheit - als Basis für Herausforderungen, beruflich wie privat
- Umgang mit Stress und stressigen Situationen
- Ist das noch der Beruf, den ich machen möchte?
- u.v.m.

Eine Auswahl von einigen Vortrags- und Seminarthemen:

- Wertschätzende und Respektvolle Kommunikation
- Probleme ansprechen - aber wie?

- 5 Minuten Auszeit - eine Stunde gespart
- „Nein - Sagen“ ist auch eine Kunst!
- Allgemeine Stressprävention
- Guter Umgang mit sich selbst
- Gesunder Egoismus - warum er so wichtig ist
- Zufriedenheit - die Basis für Balance
- Ausgeglichenheit zwischen Arbeit und Privatleben
- Der Körper in Balance: wie Physis, Psyche und Einstellung / Haltung zusammenhängen
- Corona - eine unsichtbare Chance

Die angeführten Themen sind lediglich eine Auswahl - die Themen sind ausweitbar auf aktuelle Ereignisse und Bedürfnisse sowie jederzeit weiter zu ergänzen, da das gesamte berufliche und private Umfeld die unterschiedlichsten Herausforderungen (z.B. jetzt Corona) für Mitarbeiter, Führungskräfte und Kollegen darstellt - sprechen Sie mich gerne unverbindlich an!