



→ Berufliches Einzeltraining

Dieses Training wendet sich an Fach- und Führungskräfte, die ihre **persönlichen oder sozialen Kompetenzen für neue oder spezielle berufliche Situationen** erweitern möchten.

Die Teilnehmenden üben gezielt diejenigen Fähigkeiten, die sie in ihrer aktuellen beruflichen Situation benötigen.

Die Trainerin stellt ihnen das dafür benötigte Wissen in prägnanter Form zur Verfügung. Gemeinsam mit dem Trainee wird die geeignete Handlungsstrategie für dessen Situation entwickelt und im geschützten Raum ausprobiert.

So gelingt die erfolgreiche Anwendung im wahren Leben!

Typische Trainingsthemen - weitere Themen entsprechend Ihres Bedarfs

- **STRESSBEWÄLTIGUNG:** für mehr Gelassenheit, Erholung und Resilienz die persönlich wirksamen Strategien finden
- **ZEITMANAGEMENT:** Zeit für das Wesentliche gewinnen
- **KOMMUNIZIEREN:** sicher auftreten, andere aufschließen, argumentieren „bei Gegenwind“, Ich-Botschaften, schlagfertig reagieren – in Ihren beruflichen Situationen
- **KONTAKT FINDEN,** z.B. zu jemandem, der ganz anders ist, verstehen und verstanden werden
- **FEEDBACK:** Wie gebe ich ehrliches, auch kritisches Feedback, ohne dass der andere „zu macht“?
- **KONFLIKTE LÖSEN:** die Bedürfnisse der Beteiligten erkunden, je nach Eskalationsstufe Lösungswege finden
- **INNERE KONFLIKTE, ZWEIFEL:** widerstreitende Gedanken und Gefühle klären – innere Sicherheit gewinnen
- **FÜHREN:** (destruktives) Verhalten positiv beeinflussen; schwierige Mitarbeitergespräche führen; Zusammenhalt und Motivation im Team fördern; belastete Mitarbeiter*innen erkennen, ansprechen und stärken
- **ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN:** ... trotz unvollständiger Informationen und unabsehbarer Konsequenzen

Methoden

Handlungskompetenz erwerben wir im Handeln. ☺
Die Methodik ist daher aktiv: Wissensvermittlung wird auf das konzentriert, was das Handeln erleichtert. Selbsterfahrung und aktives Ausprobieren stehen im Mittelpunkt. Ehrliches Feedback der Trainerin gibt Sicherheit. Mehr noch die Anwendung im beruflichen Alltag zwischen den Trainingseinheiten.

Ort

persönlich: Fröbelstr. 51, 01159 Dresden
digital: <https://meeting.resource-dresden.de>

Umfang

nach Bedarf, erfahrungsgemäß sind 6 x 1,5 Stunden ein gutes Maß, um eine berufliche Kompetenz aufzubauen und im Alltag zu stabilisieren

Trainer*innen

Ihnen stehen 9 Arbeits- und Kommunikationspsycholog*innen, Sozial- und Heilpädagoginnen zur Verfügung. Diese bringen unterschiedliche Branchen- und Lebenserfahrungen sowie methodische Vorlieben mit.

Wir beraten Sie gern, damit Sie für sich die Trainerin finden, die zu Ihnen und Ihrem Anliegen passt.

Termine

bei Bedarf: vereinbaren Sie einen passenden Termin

Kosten pro Stunde

125 €/h - als Weiterbildung von der Umsatzsteuer befreit
Fördermöglichkeit: ReactEU-Förderprogramm „Berufliche Weiterbildung Sachsen - betriebliche Weiterbildung“

→ **Rufen Sie an zur Terminvereinbarung: 0351 – 89 69 04 22** ←