



reSOURCE Dresden GmbH

Trainingskatalog 2018



Wer sind wir?



Reva Pasold, Anna Georgi, Christin Wegener, Cornelia Fußy – das Trainerteam der reSOURCE Dresden GmbH
Bautzner Str. 145, 01099 Dresden

Tel. 0351 89 69 04 10 | www.resource-dresden.de

Seit 2003 beschäftigen wir uns als Arbeits- und Kommunikationspsychologen sowie Sozialpädagoginnen und Personalfachleute mit dem Thema „Mensch und Arbeit“. Für sächsische Unternehmen und Verwaltungen, aber auch für Einzelpersonen erbringen wir Dienstleistungen auf folgenden Gebieten:

- Arbeitsgestaltung, Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen
- Teambildung, Teamentwicklung
- Trainings, Coachings und Supervision für den gesunden Umgang mit sich und anderen
- Führung: Potenziale erkennen und Kompetenzen entwickeln
- Berufliche Neuorientierung und Rehabilitation nach Unfall oder Krankheit

In diesem Heft finden Sie einen guten **Überblick über unsere Trainingsangebote**.

Uns ist wichtig, dass Sie im Training genau die Fähigkeiten weiterentwickeln können, die Sie im Alltag brauchen. Darum

- gibt es bei uns stets ein Vorgespräch. Sie bestimmen das Ziel ... und wir erarbeiten für Ihr Anliegen die passende Methodik. So entstehen Workshops und Trainings, die halten, was sie versprechen!
- steht das Selbst-Erleben, Üben und Ausprobieren absolut im Mittelpunkt. Denn das, was wir selbst tun, begreifen wir am besten.
- wird Theorie auf den Teil konzentriert, der hilft, eine Praxissituation besser zu verstehen
- mögen wir es, wenn Sie mit schwierigen realen Themen aus der Praxis kommen - daran lernen alle am meisten (auch wir)

Fühlen Sie sich frei, auch ganz andere Themen nachzufragen, die in Ihrer Arbeit gerade wichtig sind. Denn Trainings „von der Stange“ sind sowieso nicht unser Ding! (Auch die vorliegenden Trainings sind alle einmal aufgrund von Kundenanfragen entwickelt worden.)

Inhalt

Potenzial für Führung	4
Modulares Führungstraining	5
Intensivwoche Führung	6
Praxistreff Führung.....	7
Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile	8
Jung und Alt im Team	9
Wer mag schon Veränderungen?	10
Selbstsicherheitstraining	11
Nachhaltiger Stressabbau in 6 Schritten.....	12
Anti-Stress-Training für Drucksituationen	12
Zeitmanagement	13
Und wo bleibe ich?.....	13
Schlagfertigkeit!.....	14
Konflikttraining	14
Moderationstraining.....	15
Berufliches Einzeltraining	15
Präsentationstraining.....	16
Storytelling	16
Modulares Training Deeskalation.....	17
Was man an keiner Uni lernt	18
Zusammenarbeiten und kommunizieren im Netzwerk	18
Das Betriebliche Gesundheitsmanagement wirksam gestalten.....	19
Arbeitsbedingte psychische Belastungen	19
Produktionsfaktor Mensch: Fähigkeiten und Grenzen des Menschen 4.0	20
Gesundes Arbeitsklima	20
Gesundheitsförderung durch Wertschätzung.....	21
Der Salutogenese-Baum	21
Die Katze im Sack?	22
Training „Mitarbeiterbeurteilung“	22
Feedback geben, Mitarbeitergespräche führen	23
Kompetenzentwicklung – gezielt und systematisch.....	23

Führung: Potenziale erkennen und Kompetenzen entwickeln



Angebot

Potenzial für Führung

Umfang: 1 Tag + 2 Stunden Anforderungsanalyse und 4 Stunden individuelle Auswertung / Entwicklungsplanung

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Menschen, die wissen möchten, welche Eignung sie für eine Führungsaufgabe mitbringen und wie sie sich dafür gezielt weiter entwickeln können
- Vorgesetzte, die wissen möchten, wie sie ihre Nachwuchsführungskräfte gezielt fördern können

Ziel

Woher weiß ich, ob ich für eine Führungsaufgabe geeignet bin, wenn ich sie noch nie gemacht habe? – Indem Sie die wesentlichen Anforderungen Ihrer Führungstätigkeit meistern und differenziertes Feedback bekommen: Welche Fähigkeiten habe ich in meinem Handeln gezeigt? Wo habe ich Potenzial, das ich weiter entwickeln kann? Wo passt meine Eignung aber auch nicht zu den Anforderungen der Führungsposition?

Diese Anforderungen simulieren wir praxisnah, wenn Sie noch vor der neuen Führungsaufgabe stehen. Falls Sie bereits Führungsaufgaben wahrnehmen, begleitet Sie Ihr Coach einen Tag lang als „Schatten“ in Ihrem Job. So erleben Sie selbst, wie Ihnen die unterschiedlichen Anforderungen gelingen. Sie erhalten dazu die Beobachtungen des Coaches und deren Rückmeldung.

Am Ende kennen Sie Ihr Kompetenzprofil für die angestrebte Führungsaufgabe. Gemeinsam planen wir, wie Sie Ihre Fähigkeiten effektiv weiter entwickeln können. Konkrete Aufgaben im Alltag, Coaching, Training oder Supervision – was bringt Sie zum Ziel? (individueller Entwicklungsplan)



Angebot

Modulares Führungstraining

Umfang: 8 Trainings à 12 Stunden – wählen Sie aus, welche Sie persönlich nutzen möchten!

+ 4 Stunden Einzelcoaching zum Praxistransfer

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Menschen, die Ihre Führungskompetenz weiter entwickeln möchten

Ziel

Führungskräfte besitzen bereits viele Kompetenzen, wenn sie eine solche Aufgabe übernehmen. Ihr Lernbedarf ist dementsprechend ganz verschieden. Stellen Sie sich daher selbst die Themen zusammen, die Sie für sich als Lernfeld entdeckt haben:

1. FÜHREN: Was ist Führung? Wie kann ich auf die Motivation und Leistung (erwachsener!) Menschen Einfluss nehmen?

2. KOMMUNIZIEREN: sicher auftreten, andere aufschließen, aktiv zuhören, schlagfertig reagieren – in Ihren beruflichen Situationen

3. FEEDBACK: Wie gebe ich ehrliches, auch kritisches Feedback, ohne dass der andere „zu macht“? Vorbereitung und Führung schwieriger Mitarbeitergespräche

4. KOPFSACHE: Welches Verhalten nützlich(er) wäre, ist oft bekannt. „Warum tue ich es dann nicht?“ ärgern sich viele über sich selbst. Offenbar hat es gewichtige Vorzüge! Im Training klären Sie die wider-

streitenden Gedanken und Gefühle, bringen sie unter einen Hut – für mehr Klarheit in Ihrer Führung.

5. ENTSCHEIDEN: ...nicht so leicht bei unvollständigen Informationen, begrenzten Ressourcen, unabsehbaren Konsequenzen! Sie lernen typische Entscheidungsfehler zu vermeiden, bringen Analyse und Intuition zusammen - für tragfähige Entscheidungen.

6. KONFLIKTE LÖSEN: Oft geht VIEL mehr als ein Kompromiss. Mit der HARVARD-Methode zur Konfliktklärung gelingen befriedigende Lösungen für beide Seiten. Aber das ist kein Muss. Es gibt mindestens 6 Arten der Konfliktlösung. 😊

7. MODERATION: Trainieren Sie Ihre Fähigkeit, den Arbeitsprozess und die Dynamik einer Gruppe bewusst zu gestalten – für mehr Ergebnisse in kürzerer Beratungszeit

8. TEAM ENTWICKELN: Wir gehen noch einen Schritt weiter: Wie kann ich als Führungskraft auf Arbeitsklima und Leistung des ge-

samten Teams Einfluss nehmen? Was braucht mein Team aktuell an Führung? Wo ist der geeignete Eingriffspunkt?

Bringen Sie die aktuellen Herausforderungen Ihres Arbeitsumfeldes mit! So können Sie am Ende der Trainings zu den neuen Fähigkeiten auch konkrete Lösungen für Ihre Führungssituationen mitnehmen.



Angebot

Intensivwoche Führung

Umfang: 5 Tage/40 Stunden
+ 2 Stunden Einzel-
coaching zum
Praxistransfer

Termine: 18.06. – 22.06.2018
30.07. – 03.08.2018

Besonders geeignet für

- Führungskräfte, die erstmalig Führungsverantwortung übernommen haben und in kurzer Zeit das Basis-Knowhow für ihre neue Führungsaufgabe erwerben möchten

Ziel

Die Intensivwoche vermittelt die wichtigsten Führungswerkzeuge in kompakter Form. In Übungen zur Selbsterfahrung werden sich die Teilnehmenden ihrer eigenen Rolle im Team bewusster sowie ihrer bevorzugten Verhaltensmuster. Sie trainieren ihre Fähigkeiten zur Führung, vor allem zur aktiven Einflussnahme mittels Kommunikation und Konsequenz. Inhalte der 5 Trainingstage:

- Was ist Führung? Welche brauchen meine MitarbeiterInnen?

Worauf will ich konkret Einfluss nehmen?

- Meine Führungs-„werkzeuge“
- Sicher auftreten und kommunizieren in der Führungsrolle
- Feedback geben, Mitarbeitergespräche führen
- Teamprozesse und Teamleistung fördern
- Konflikte lösen



Angebot

Praxistreff Führung

Umfang: 8 x 3 Stunden

Termine: auf Anfrage

Mindestteilnehmer: 5

Besonders geeignet für

- erfahrene Führungskräfte, die ihre Führungskompetenz weiter entwickeln möchten, aber nicht viel Zeit „am Stück“ dafür haben

Ziel

Im Abstand von 4 – 6 Wochen treffen sich gleichgesinnte Führungskräfte

- zur Reflexion von aktuellen Führungsthemen und
- zur Erarbeitung passender Lösungen der Mitarbeiterführung.

Häufig geht es dabei nicht um die Einflussnahme auf einzelne Menschen, sondern um deren Interaktion in Teams oder komplexen

Geschäftsbeziehungen. Deshalb nutzen wir systemische Techniken – so wird die konkrete Macht- und Beziehungsstruktur sichtbar. Und wo am besten Einfluss genommen werden kann.

Beim WIE profitieren die Teilnehmenden vom thematischen Input der Supervisorin und den Erfahrungen der anderen Führungskräfte.



Angebot

Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile

Entwicklung von Leistung, Motivation und Zusammenhalt im Team

Umfang: 8 – 24 Stunden

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Arbeits-, Projekt- oder Managementteams, die ihre Zusammenarbeit und ihren Zusammenhalt verbessern wollen

Ziel

Die Teilnehmenden setzen sich mit den Einflussfaktoren auf Leistung, Motivation und Zusammenhalt in der Teamarbeit auseinander. Je nach Bedarf nutzen wir dazu das Team-Management-System® von Margerison & McCann, das Team-Performance-Modell nach Drexler / Sibbet / Forrester, Team-Puls® und erlebnisaktivierende Methoden.

- Hindernisse für die Zusammenarbeit werden gemeinsam erkannt und abgebaut.
- Arbeitsprozesse und -strukturen können an veränderte Bedingungen angepasst werden.
- Die Teammitglieder werden sich bewusst, wie die Teamarbeit aktuell läuft.
- Verschenkte Möglichkeiten zur gegenseitigen Unterstützung werden deutlich, das Bedürfnis nach mehr Zusammenarbeit im Team geweckt.
- Die Teammitglieder werden sich klarer, was sie brauchen, um im Team „anzukommen“ und gut arbeiten zu können.



Angebot

Jung und Alt im Team

Umfang: 2 - 8 Stunden

Termine: lfd. nach Bedarf

Besonders geeignet für

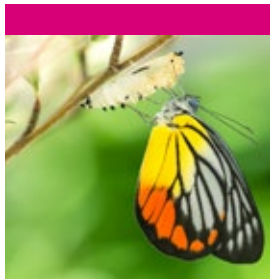
- altersheterogene Teams
- oder
- Führungskräfte, die starke Altersunterschiede im Team haben und die Zusammenarbeit junger wie erfahrener Kollegen fördern wollen

Ziel

Die, die zur Wende 30 Jahre alt waren und die, die heute jung sind, trennt nur eine Generation, und doch scheinen Sie in anderen Welten zu leben. Die einen wollen sich nicht festlegen, hinterfragen Vieles, die anderen glauben an Zuverlässigkeit und harte Arbeit. Wie wirkt sich dieser Widerspruch im Alltag aus? Welche Bedürfnisse stehen dahinter? Was brauchen die verschiedenen Generationen, um gut zusammen zu arbeiten?

Der Workshop bietet Gelegenheit, sich mit den tatsächlichen Erfahrungen und Bedürfnissen der Babyboomer, der Generation X, Y und Z auseinander zu setzen. Was ist ihnen wichtig im Leben? Was prägt ihre Arbeitseinstellung? Welche Erwartungen haben sie an Kollegen, Vorgesetzte und den Arbeitgeber? Wie gehen sie mit neuen Technologien um, wie lernen die Generationen am liebste? - Und was davon ist Klischee?

Auf dieser Basis wächst das Verständnis für unterschiedliche Denk- und Verhaltensweisen. Dies ist der wichtigste Schritt für eine erfolgreichen Zusammenarbeit, die die Potenzen aller Teammitglieder nutzt.



Angebot

Wer mag schon Veränderungen?

*Entwicklung von Leistung,
Motivation und Zusammenhalt
im Team*

Umfang: 8 – 24 Stunden

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Führungskräfte, Personalverantwortliche und ProjektleiterInnen, die Strukturen oder Arbeitsabläufe ändern, neue Technik oder Methoden einführen wollen

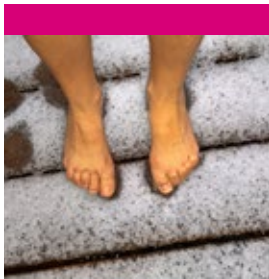
Ziel

In diesem Workshop werden die Einflussgrößen auf die eigenen Veränderungsprozesse erarbeitet. Die Teilnehmenden machen sich mit wirkungsvollen Werkzeugen zur Begleitung von Veränderungsprozessen vertraut. Inhalte:

- Systematisches Vorgehen bei unterschiedlichen Veränderungsprozessen - von der Planung bis zur Umsetzung

- Was tun, wenn subjektive Widerstände das Projekt gefährden?
– die Reaktionen von Menschen in Veränderungsprozessen und Entwicklung geeigneter Handlungsstrategien
- Training der Kommunikationsinstrumente in allen Phasen des Veränderungsprozesses

■ Selbstmanagement: Selbstsicherheit gewinnen, Stress abbauen, Aufgaben in der Zeit organisieren



Angebot

Selbstsicherheitstraining

Umfang: 8 x 3 Stunden

Termine: laufend, auf Anfrage

Besonders geeignet für

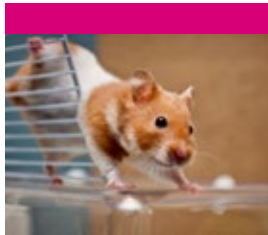
- Menschen, die sich mehr Selbstvertrauen wünschen

Ziel

Selbstvertrauen ist eine positiv-realistische Einstellung zur eigenen Person: sich des eigenen Wertes als Mensch bewusst zu sein und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu haben - auch bei ausbleibender äußerer Bestätigung.

Für jeden sind es andere Situationen, in denen wir uns sicher oder unsicher fühlen. Das macht es leichter, diejenigen auszuwählen, in denen Sie sich gern anders verhalten würden.

- Im Training erarbeiten wir dafür neue, realistische + hilfreiche Einstellungen.
- Die Teilnehmenden üben selbstsicheres Verhalten für typische Situationen.
- Sie probieren beides zwischen den Trainingseinheiten im Alltag aus.
- Gelungenes und Mislungenes nutzen wir beim nächsten Treff zum Lernen 😊



Angebot

Nachhaltiger Stressabbau in 6 Schritten

Umfang: 6 x 3 Stunden

Termine: auf Anfrage

Mindestteilnehmer: 5

Besonders geeignet für

- MitarbeiterInnen und Führungskräfte, die sich gehetzt oder unter Druck fühlen und einen persönlich gesünderen Umgang mit ihren Belastungen suchen

Ziel

Dies ist ein Training, um leistungs- und erholungsfähig zu bleiben. Es setzt sowohl bei den objektiven Belastungen als auch bei den subjektiven Faktoren an. Die Inhalte:

- Was passiert bei Stress in unserem Körper?
- Stress ist individuell: Erkennen der persönlichen Stressauslöser und -reaktionen
- Atem- und andere Techniken zur körperlichen Entspannung

- Die wichtigste mentale Technik zur Stressreduktion: die kognitive Umstrukturierung

- Hilfreiche Selbstinstruktionen

- Üben der Techniken zur Stressbewältigung + Auswahl: Was hilft mir?

Die Teilnehmenden wenden die erprobten Strategien der Stressbewältigung auf das eigene Leben an – für mehr Lebensqualität.



Angebot

Anti-Stress-Training für Drucksituationen

Umfang: 1 Tag + 4 Stunden Nachtreffen

Termine: laufend, nach Bedarf

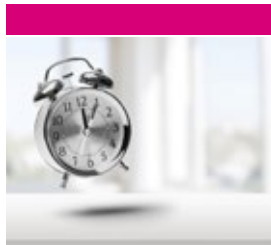
Besonders geeignet für

- Disponenten in Leitwarten, IT-Administratoren u. a., die auch bei großen Störungen einen klaren Kopf behalten wollen

Ziel

Typisch für diese Stresssituationen ist, dass rasch und sicher gehandelt werden muss, genau in diesem Moment aber auch alle Nutzer des Systems aufgeregt anrufen und Vorgesetzte über den Stand der Fehlerklärung informiert werden wollen.

Die Teilnehmenden setzen sich mit ihren „automatischen“ Stressreaktionen auseinander und nutzen die Techniken der Stressbewältigung für mehr inneren Abstand und innere Ruhe.



Angebot

Zeitmanagement

Selbststeuerung ist möglich trotz Arbeitsdruck und Störungen!

Umfang: 3 x 4 Stunden,

Termine: laufend, nach Bedarf

Mindestteilnehmer: 5

Besonders geeignet für

- Fach- und Führungskräfte, deren Arbeitsmenge nicht in die Arbeitszeit passt oder die nicht zu ihren eigentlichen Aufgaben kommen

Ziel

Ziel ist, die persönlichen Zeitprobleme grundlegend zu lösen.

Das Training vermittelt daher nicht nur die Techniken des Zeitmanagements. Wir beginnen mit der Analyse der realen Hindernisse im Alltag. Welche äußeren Drücke und

Störfaktoren gibt es? Wie kommt es, dass wir oft nicht das tun, was wir selbst für richtig halten? So finden die Teilnehmenden funktionierende Lösungen für mehr selbstbestimmte Zeit.



Angebot

Und wo bleibe ich?

Zeitmanagement für die Anforderungen von Kind, Beruf und Co.

Umfang: 5 x 4 Stunden, inklusive Kinderbetreuung

Termine: laufend, auf Anfrage

Mindestteilnehmer: 5

Besonders geeignet für

- Berufstätige Eltern, die Kinder und Beruf unter einen Hut und Zeit für sich selbst gewinnen möchten

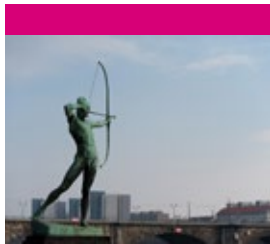
Ziel

Typisch für berufstätige Eltern ist: das schlechte Gewissen – den Kindern, aber auch der Arbeit und den Kollegen gegenüber. So bleibt erst recht keine Zeit für die eigenen Bedürfnisse... In diesem Dauerdruck wird aber niemand froh, erst recht nicht all den widersprüchlichen Anforderungen gerecht!

In diesem Training für berufstätige Eltern geht es daher um:

- Techniken des Zeitmanagements, angepasst für Eltern
- Was sind meine Rollen im Leben – und wo bleibe ich?
- Entspannen mit Kind, wie geht das?
- Das schlechte Gewissen: eigene und fremde Ansprüche austarieren

Soziale Kompetenz: verstehen und verstanden werden, moderieren, überzeugen, deeskalieren und Konflikte lösen



Angebot

Schlagfertigkeit!

Umfang: 1 Tag

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Menschen, die auch in überraschenden Momenten gern selbstbewusst kontern möchten

Ziel

Oft kommt es ganz überraschend: eine spitze oder herablassende Bemerkung, eine ungerechtfertigte Kritik oder ein verbaler Angriff. Man würde sie so gern kurz kontern und an sich abblättern lassen. Aber die guten Antworten fallen einem oft erst hinterher ein. Und viele ärgern sich darüber dann noch! Das muss nicht sein.

Im Training wird die innere Haltung - als Voraussetzung für Schlagfertigkeit - anhand konkreter Situationen verdeutlicht und verändert. Übungen zum freien Assoziieren und zu rhetorischen Techniken trainieren das nötige Handwerkszeug auf dem Weg zu mehr Schlagfertigkeit.



Angebot

Konflikttraining

Umfang: 2 Tage

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

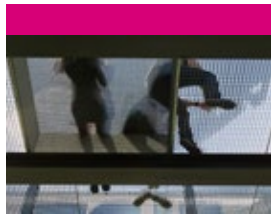
- Fach- und Führungskräfte, die Techniken für weniger Aufregung und bessere Kommunikation in Konflikten suchen

Ziel

Ungelöste Konflikte belasten enorm. Sie absorbieren Kraft und Aufmerksamkeit, die dringend für die eigentliche Arbeit gebraucht werden. Die Teilnehmenden reflektieren, wie wir alle uns im Konflikt verändern. Sie gewinnen eine neue Perspektive: Konflikte sind normal und die Auseinandersetzung mit ihnen ist ohne Angst möglich. Sie

wenden die wichtigste mentale Technik an, um eigene emotionale Reaktionen positiv zu verändern.

An realen Fallbeispielen üben sie Ich-Botschaften, konfliktfreie Formulierungen, aktives Zuhören und Verstehen. Und finden so Wege zur Verständigung ... oder zu anderen passenden Lösungen!



Angebot

Moderationstraining

Umfang: 2 Tage / 16 Stunden
+ 2 Stunden
Umsetzungscoaching

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

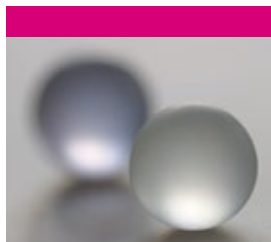
- Fach- und Führungskräfte, die Beratungen zu leiten oder Arbeitsgruppen zu moderieren haben

Ziel

... damit Beratungen kürzer und produktiver werden!

Möchten Sie selbst moderieren lernen? In diesem Training erleben die Teilnehmenden den Arbeitsprozess und die Dynamik einer Gruppe dabei ganz bewusst. Sie üben beides zu gestalten – Schritt für Schritt, angeleitet von der Trainerin.

Dabei lernen die Teilnehmenden ganz verschiedene Methoden und deren Wirkung kennen. Sie erweitern ihr Repertoire, um passend zum Thema und den Beteiligten das geeignete Vorgehen auszuwählen.



Angebot

Berufliches Einzeltraining

Umfang: nach Bedarf

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

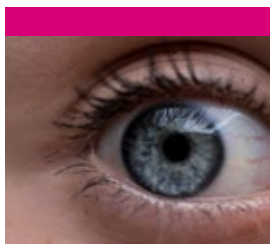
- Fach- und Führungskräfte, die ihre kommunikativen Kompetenzen für schwierige berufliche Situationen erweitern möchten

Ziel

Die Teilnehmenden üben gezielt diejenigen Fähigkeiten, die sie für aktuelle berufliche Situationen benötigen, beispielsweise für schwierige Entscheidungen oder anspruchsvolle Kommunikationssituationen:

- Argumentieren „bei Gegenwind“
- Kontakt finden zu jemandem, der ganz anders ist

- Unangenehmes ausdrücken, das der Empfänger nicht hören will
- eine Festrede halten ... u.v.a.



Angebot

Präsentationstraining

Training der rhetorischen Durchsetzungskraft

Umfang: 2 Tage / 16 Stunden

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Fach- und Führungskräfte, die bei ihrer jeweiligen Zielgruppe mehr Akzeptanz und Verständnis z.B. für ihre Ideen und Vorschläge, für technische Lösungen oder Produkte erreichen wollen

Ziel

Die Teilnehmenden erfahren, wie sie ihre Präsentation nutzenorientiert aufbauen, wie körpersprachliche Signale wirken und wie sie Bilder optimal für ihre Kommunikation einsetzen. Alle Fertigkeiten werden so weit gefestigt, dass sie in der Praxis bestehen.

Inhalte:

- Training am eigenen Konzept oder einer eigenen Präsentation

- Optimierung von Visualisierungen der Teilnehmenden - mit und ohne PowerPoint
- Videogestütztes Feedback zur personalen Seite der Präsentation
- Hilfreiche und sofort umsetzbare Anregungen durch den Trainer



Angebot

Storytelling

Überzeugen mit lebendigen Geschichten

Umfang: 1 Tag / 8 Stunden

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Menschen, die die magische Anziehungskraft von Geschichten nutzen möchten, um ihr Wissen oder ihre Überzeugungen anderen zu vermitteln

Ziel

Wer möchte, dass seine Ideen, Vorschläge und Visionen bleibenden Eindruck beim Publikum hinterlassen, braucht mehr als schlüssige Argumente. – Sie brauchen einen Weg, Ihre Zuhörer im Herzen zu berühren.

Geschichten sind das älteste und erfolgreichste Mittel dafür. In diesem Training lernen die Teilnehmenden, was zu einer gut erzählten Geschichte dazugehört und wie sie passende Geschichten für ihr Anliegen aussuchen. Sie üben das Erzählen in der Gruppe.



Angebot

Modulares Training Deeskalation

Umfang: 8 x 3 Stunden

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Beschäftigte in sozialen und verwaltenden Berufen, die mit Aggressionen und Gewalt von Klienten oder Bürgern konfrontiert sind

Ziel

Ziel der Trainings- und Schulungsreihe ist, dass alle MitarbeiterInnen an Handlungssicherheit gewinnen und in kritischen Situationen emotional sicher agieren zu können. Folgende Inhalte bauen systematisch aufeinander auf, können aber auch einzeln gebucht werden:

- Konflikte erkennen, Eskalationsstufen von Konflikten und Arten der Konfliktlösung
- Die bewusste Interaktion in Konfliktsituationen: Techniken zur Prävention und Deeskalation
- Gruppendynamik und präventive Kommunikation in der Gruppe

- Rechtliche Aspekte: Welche Interventionen sind wann erlaubt?
- Verhalten bei Menschen mit Behinderungen: „So normal wie möglich – so spezifisch wie nötig“
- Empathischer und wertschätzender Umgang mit Klienten
- Spezielle Befreiungstechniken und Selbstverteidigungstechniken
- Der strukturierte Ablauf einer Krisennachbereitung: Nachsorge und Auswertung

Im Laufe der Schulung entwickeln die Teilnehmenden ihre sozialen Kompetenzen weiter. Im Austausch miteinander entsteht ein gemeinsames Verständnis ihrer Handlungsmöglichkeiten zur Deeskalation.

Bereits dieses einheitlichere Verhalten beugt vielen Eskalationen vor und erleichtert das Handeln in Krisensituationen.



Angebot

Was man an keiner Uni lernt

Soft Skills for young professionals

Umfang: 4 x 1,5 Tage / 48 Stunden

Termine: laufend, auf Anfrage

Mindestteilnehmerzahl: 5

Besonders geeignet für

- BerufseinsteigerInnen im ersten Job, der auch Fähigkeiten verlangt, die im Studium nicht vermittelt wurden: den Nerv von Kunden zu treffen, den Respekt älterer zu erwerben, „Fettnäpfchen“ in der Zusammenarbeit zu erkennen, sich und andere zu organisieren...

Ziel

In vier Trainingseinheiten lernen Ihre jungen MitarbeiterInnen alles, was Ihnen gerade in den ersten zwei Berufsjahren nützt, um mit Kunden und Partnern, aber auch der Arbeitsmenge und Fristen professionell umzugehen:

- Wie erwerbe ich Autorität und finde eine gute Arbeitsbasis auch mit Menschen, die ganz anders sind?

- Arbeitsmenge bewältigen, Fristen halten: Techniken des Zeitmanagements und der Stressbewältigung

- Übung wichtiger Kommunikationstechniken: klare Anweisung, Ich-Botschaften, Ärger ausdrücken

- Einfühlungsvermögen ohne sich zu verbiegen, Deeskalation und Konfliktlösung



Angebot

Zusammenarbeiten und kommunizieren im Netzwerk

Umfang: 1 – 3 Tage / 8– 24 Stunden

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Netzwerke, in denen Mitglieder aus verschiedenen Organisationen oder Unternehmen kooperieren

Ziel

Immer häufiger wird auch organisationsübergreifend kooperiert. Die Partner teilen starke gemeinsame Interessen, haben aber auch gegensätzliche, stehen oft in Konkurrenz zueinander.

Die Teilnehmenden entwickeln ihre Fähigkeiten zur Zusammenarbeit und Kommunikation in einem solchen Netzwerk weiter: Sie werden sich bewusst, was sie verbindet und trennt. Sie definieren die Felder für

eine fruchtbare Zusammenarbeit und reflektieren die bestehenden Formate dafür. Sie einigen sich auf Regeln, die der Zusammenarbeit dienlich sind. – So schaffen sie zugleich die Grundlagen für den Erfolg des Netzwerkes!

Wissen und Methodenkompetenz für das Betriebliche Gesundheitsmanagement



Angebot

Das Betriebliche Gesundheitsmanagement wirksam gestalten

Umfang: 4 - 16 Stunden

Termin: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Unternehmen / Organisationen, die ein wirksames Betriebliches Gesundheitsmanagement einrichten wollen

Ziel

Das Interesse an Gesundheitsförderung ist groß. Gesundheitstage sind weit verbreitet - machen eine Belegschaft jedoch nicht gesünder!

Dies gelingt, wenn die realen betrieblichen Einflüsse auf die Gesundheit der Beschäftigten

entdeckt und gestaltet werden. Weniger ist auch hier mehr: Es kommt auf das gezielte Handeln und eine funktionierende Einbindung in den Arbeitsalltag an. DAS ist zu managen. - Gern geben wir unsere Erfahrungen weiter, wie dies gelingt.



Angebot

Arbeitsbedingte psychische Belastungen

Gefährdungsbeurteilungen erfolgreich durchführen

Umfang: 1- 2 Tage

Termine: 14. - 15.06.2018
weitere, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Fach- und Führungskräfte, die eine Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen für die eigene Organisation planen oder bereits durchführen

Ziel

Das Seminar vermittelt den Teilnehmenden anschaulich, was psychische Belastungen sind. Diese Klarheit erleichtert es, sich dem (häufig als schwierig erlebten) Thema zuzuwenden und in der eigenen Organisation Gefährdungsbeurteilungen durchzuführen.

Die Teilnehmenden erhalten einen in der Praxis bewährten Handlungsleitfaden für das Vorgehen bei der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen nach §5,6 ArbSchG. Das Vorgehen wird im Seminar bereits ausprobiert und jeder Schritt auf die eigene Organisation

angewandt. Das gibt den Teilnehmenden Handlungssicherheit.

Dabei wird der Nutzen von Gefährdungsbeurteilungen deutlich: Die gemeinsame, aktive Problemlösung der Beschäftigten verbessert bereits deren Befinden, wirkt passiven und resignativen Einstellungen entgegen. Die erarbeiteten Maßnahmen sind in der Regel zugleich gesundheits- und leistungsförderlich. Beides steigert die Leistungsfähigkeit der Organisation!.



Angebot

Produktionsfaktor Mensch: Fähigkeiten und Grenzen des Menschen 4.0

Umfang: 2 bis 8 Stunden

Termin: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Fach- und Führungskräfte, die künftige Arbeit mitgestalten – als Personalverantwortliche, Ingenieure, Organisationsentwickler oder Fachleute des Arbeits- und Gesundheitsschutzes

Ziel

Die Weiterbildung beschäftigt sich genauer mit den Fähigkeiten und Grenzen des Menschen. Was ist ihm möglich an sinnlicher Wahrnehmung, im Denken und Handeln? Was kann er lernen - und was nicht? - Und was bedeutet das für die Arbeitsgestaltung? Wie muss Arbeit gestaltet sein, damit sie für Menschen beherrschbar ist?

Die Teilnehmenden erhalten aktuelles arbeitspsychologisches Wissen zu den Zusammenhängen von Arbeitsgestaltung, Gesundheit und Leistung. An Fallbeispielen werden Lösungen erörtert, wie moderne Arbeitssysteme leistungs- und lernförderlich gestaltet werden können.



Angebot

Gesundes Arbeitsklima

*Möglichkeiten der positiven
Einflussnahme*

Umfang: 1 Tag / 8 Stunden

Termin: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- alle, die Einfluss auf das Arbeitsklima oder andere Verhaltensweisen in ihrer Organisation nehmen wollen

Ziel

Jeder spürt es sofort, ob es gut oder schlecht ist. Wenige Stunden in einem Unternehmen genügen dafür. Doch wer es verbessern will, gegenseitigen Respekt oder eine offene Kommunikation im Kollegium etablieren möchte, sieht sich vor unerwarteten Schwierigkeiten: Wie lassen sich Verhaltensmuster einer ganzen Organisation beeinflussen?

Im Workshop wird rasch deutlich, dass das Arbeits"Klima" oder die Unternehmenskultur gar nicht so nebulös sind, wie es vielen scheint. Die Teilnehmenden erhalten be-

obachtbare Symptome, um das Arbeitsklima im eigenen Team zu bestimmen. Vor allem aber geht es darum, die Ansätze zur Verbesserung zu entdecken.

Anhand realer Praxisfälle vermittelt der Workshop ein tieferes Verständnis für die psychologischen Zusammenhänge und die Einflussmöglichkeiten auf die Unternehmenskultur. Er bietet Gelegenheit, für eigene aktuelle Anliegen Lösungsansätze zu erarbeiten.



Angebot

Gesundheitsförderung durch Wertschätzung

Umfang: 4 – 8 Stunden

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- alle Menschen, die Wertschätzung in ihrem Arbeitsumfeld fördern möchten

Ziel

Arbeitspsychologisch ist gut erforscht, dass Wertschätzung für uns Menschen ein besonders wichtiger gesunderhaltender Faktor ist. Dieses Wissen wollen wir in unserem Workshop praktisch nutzbar machen!

Zum einen geht es um die Wirkung von Wertschätzung: Was genau ist Wertschätzung? Und wie wirkt so etwas Soziales auf unseren Körper?

Wie kann Wertschätzung eigentlich ausgedrückt werden und was ist dabei zu beachten?

Im zweiten Schritt geht es dann um die gelebte Wertschätzung im Arbeitsalltag: Wie äußert sie sich? Und was kann ich als KollegIn oder Vorgesetzter tun, wenn sie verloren gegangen ist? Dazu werden wir erste praktische Ideen für Ihren Alltag entwickeln.



Angebot

Der Salutogenese-Baum

Umfang: 4 Stunden

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Menschen, die ihre gesundheitlichen Ressourcen bewusster nutzen wollen

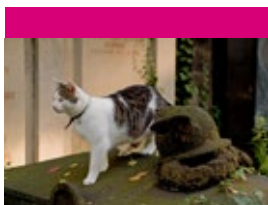
Ziel

Über aktuelle Belastungen wird viel häufiger gesprochen als über das, was uns stärkt. Gesund ist so eine Problemfokussierung sicher nicht. 😊 Im Workshop erhalten Sie einen anschaulichen Überblick über 36 sog. Salutogenese-Faktoren. Schon diese Anzahl sollte Ihnen Mut machen, auf die Entdeckungsreise zu gehen. Welche sind bei

Ihnen stark ausgeprägt? Welche wollen Sie künftig stärker nutzen?

Ziel ist, die Fülle der nachweislich gesundheitsförderlichen Faktoren zu kennen – und für sich zu nutzen!

Methodenkompetenz für die professionelle Personalarbeit: geeignete MitarbeiterInnen gewinnen und systematisch entwickeln



Angebot

Die Katze im Sack?
professionelles Vorgehen für
die Personalgewinnung und
Personalauswahl

Umfang: 2 Tage / 16 Stunden

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Personalfachleute und -entscheider

Ziel

Viele Unternehmen und Verwaltungen haben den Eindruck: Der Arbeitsmarkt sei „leergefegt“, es gäbe keine guten Arbeitskräfte mehr. Und wenn, dann gingen diese zu den großen, besser zahlenden Unternehmen.– Das ist nur ein Teil der Wahrheit. Uns fällt auf, dass viele Unternehmen ihre Möglichkeiten nicht ausschöpfen. Sie setzen noch immer auf Stellenanzeigen und laden dann zu Interviews ein. Das geht besser!

In zwei Tagen Training erlernen Sie alles, was Sie für Ihre erfolgreiche Personalgewinnung benötigen:

- Mittels Critical Incidence Technique definieren Sie genauer, welche Fähigkeiten und Einstellungen (!) Sie im Unternehmen brauchen. Aber auch, was Ihre Attraktivität als Arbeitgeber ausmacht.

- Sie lernen alternative Wege kennen, um mehr und passendere Jobsuchende zu erreichen

- Sie üben das praktische Handwerkszeug, um geeignete BewerberInnen von Blendern zu unterscheiden.



Angebot

Training „Mitarbeiterbeurteilung“

Umfang: 2 Tage

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- direkte und / oder übergeordnete Vorgesetzte

Ziel

Die Führungskräfte finden zu einem abgestimmten Beurteilungsmaßstab. Wann sind die Leistungsanforderungen erfüllt? Was ist über- oder unterdurchschnittlich? - Das nützt nicht nur bei der fairen Bewertung der MitarbeiterInnen. Es gibt den Vorgesetzten auch schlüssige Argumente an die Hand, wenn das

Selbstbild des Mitarbeiters stark von der Bewertung anderer abweicht.

Die Teilnehmenden setzen sich mit dem jeweiligen Beurteilungssystem ihrer Organisation auseinander. Sie lernen, typische Beurteilungsfehler zu minimieren. Bei der Zuordnung

von realem Verhalten zu den Stufen des Beurteilungssystems werden die persönlichen Bewertungsmaßstäbe der Führungskräfte klarer. Auf dieser Basis gelingt die Einigung auf beobachtbare Kriterien.



Angebot

Feedback geben, Mitarbeitergespräche führen

Umfang: 1,5 Tage

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Führungskräfte, die ihre Fähigkeit zu klarem und zugleich wertschätzendem Feedback weiterentwickeln möchten

Ziel

Ehrliches, auch kritisches Feedback zu geben, ist eines der wichtigsten Führungsinstrumente. Zugleich fällt es den meisten Menschen schwer. Wie wird der andere die Rückmeldung aufnehmen? Dabei ist uns eine ehrliche Rückmeldung oft lieber als unausgesprochene Unzufriedenheit! Es kommt darauf an, die Sache von der Person zu trennen, die Beobachtung von der

eigenen Meinung. Das üben wir in diesem Training. Die Teilnehmenden haben Gelegenheit, schwierige Mitarbeitergespräche hier vorzubereiten.



Angebot

Kompetenzentwicklung – gezielt und systematisch

Umfang: 1– 2 Tage

Termine: laufend, nach Bedarf

Besonders geeignet für

- Führungskräfte, Personalfachleute und (sozial-)pädagogische Fachkräfte

Ziel

Die Aufgabe, andere Menschen zu befähigen, ist häufiger als es zunächst erscheint: wenn wir Kollegen einarbeiten oder für neue Tätigkeiten qualifizieren, soziales Verhalten aufbauen möchten oder das Selbstwertgefühl anderer Menschen-

Die wichtigste ist dabei die Lernmotivation. Denn: Kompetenz folgt Präferenz!

An Ihren konkreten Fällen üben wir, die geeigneten Wege für die Kompetenzentwicklung auszuwählen, so dass Lernen sicherer gelingt – gezielt und systematisch.

Es erfordert stets die Bestimmung eindeutiger Entwicklungsziele. Was genau soll der andere am Ende wissen und können? Auf der anderen Seite stehen die Voraussetzungen, die derjenige bereits mitbringt.

Sprechen Sie uns an, wenn Sie diese oder andere Trainings zur gezielten Personalentwicklung suchen!

→ Ihre Ansprechpartnerin: Reva Pasold, 0351 89 69 04 10