

Vorträge
Seminare
Workshops
Tests
360°-Feedback
E-Learning

Positive Leadership mit PERMA-Lead® Lern-Bausteine für Organisationen



ebner-team.com
Training • Coaching • Forschung



Sehr geehrte Interessentin, sehr geehrter Interessent,

herzlichen Dank für Ihr Interesse an Positive Leadership mit PERMA-Lead.

Mein Team und ich unterstützen seit mehr als 10 Jahren sowohl zahlreiche Unternehmen als auch einzelne Führungskräfte dabei, Positive Leadership als Führungskompetenz zu entwickeln. Wir haben dazu auch in Kombination mit meiner Lehrtätigkeit an der Universität Wien das PERMA-Lead Modell entwickelt, das konkretes Positive-Leadership-Verhalten nicht nur messbar macht, sondern auch die wissenschaftlich nachgewiesene Kompetenz für Positive Leadership ist, die sich in Seminaren, Workshops, Coachings, usw. erfolgreich trainieren lässt.

Anbei finden Sie verschiedene Bausteine, aus denen ein professionelles und erfolgreiches Positive – Leadership Programm für die nachhaltige Einführung und Weiterentwicklung einer Positive Leadership Führungs- und Organisationskultur in einem Unternehmen zusammengebaut werden kann. Das Grundkonzept, an dem sich jeder einzelne Baustein orientiert, ist das PERMA-Lead Modell. Somit passt jeder Baustein sowohl von den Inhalten als auch von den verwendeten Begriffen zu den anderen Bausteinen. Damit kann Ihr Gesamtkonzept optimal je nach Ihren zeitlichen und finanziellen Möglichkeiten variiert werden.

Neben meinem Kernteam, das aus Trainern und Coachs mit langjähriger Erfahrung in der praktischen Umsetzung des PERMA-Lead Konzepts in Führungskräfte Seminaren und in Coachings verfügt, arbeiten wir auch mit unseren zertifizierten Beraterinnen und Beratern zusammen. Das sind im deutschsprachigen Raum mittlerweile rund 700 Profis, die alle bei mir persönlich die Ausbildung und Zertifizierung zu PERMA-Lead absolviert haben.

Für weitere Informationen stehen mein Team und ich gerne persönlich zur Verfügung!

Mit herzlichen Grüßen

Dr. Markus Ebner



Baustein:

Key-Note: Positive Leadership – Stärkenorientiertes Führen

2

Kennen Sie die besonderen Stärken Ihrer Mitarbeiter? Und schaffen Sie es, diese auch zu nutzen? Leider ist das in wenigen Unternehmen der Fall. Der Grund dafür ist, dass in fast allen Unternehmen schwächenorientiert geführt wird. Statt sich Gedanken über die Stärken des Mitarbeiters zu machen, wird darüber diskutiert, wie man Schwächen ausgleichen kann.

Dieser Ansatz führt jedoch meist dazu, dass es zu einer „allgemeinen Mittelmäßigkeit“ kommt, wie auch zahlreiche Forschungsergebnisse zeigen. Speziell die Generation Y ist weniger durch Anpassung von Mitarbeiter/innen an eine schablonenhafte Job-Beschreibung motivierbar, als durch eine Passung von eigenen Stärken und der Möglichkeit, diese auch zu leben und weiter zu entwickeln. Der Führungsansatz dazu heißt stärkenorientiertes Führen und ist in den letzten Jahren unter dem Schlagwort „Positive Leadership“ zu großer Bekanntheit gelangt. Stärkenorientiertes Führen bringt massive und nachweisbare Vorteile mit sich: Die Leistung der Mitarbeiter/innen verbessert sich, Krankenstände und Burn-Out Risiko sinken, während die Motivation steigt und die Führungskraft merklich entlastet wird.

Doch wie funktioniert dieser Ansatz? In diesem Vortrag gibt Dr. Markus Ebner einen praxisorientierten Einblick in das PERMA-Lead Konzept des stärkenorientierten Führens. Neben spannenden interaktiven Live-Experimenten mit den Teilnehmer/innen werden eigene Forschungsergebnisse auf anschauliche Weise vorgestellt und auch konkrete praktische Ansätze gezeigt, die direkt in den täglichen Führungsalltag integriert werden können.



*Werfen Sie einen Blick in einen Live – Mitschnitt des
Vortrags: www.ebner-team.com (Button Vorträge)*



Baustein Variante A:

World Café/Open Space in Kombination mit Key Note

KURZBESCHREIBUNG

Nach dem Vortrag werden unterschiedliche Stationen (im Raum oder aufgeteilt auf mehrere Räume) aufgebaut. Jede Station wird von einer Trainerin bzw. einem Trainer moderiert. Bei jeder Station wird ein Thema aus dem vorherigen Vortrag vertieft, diskutiert und praktische Handlungsmöglichkeiten dazu gesammelt.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden in fixen Gruppen zu rund 8 Personen aufgeteilt und „wandern“ in einem vorgegebenen zeitlichen Rhythmus von einer Station zur nächsten um sich dort kurz mit unterschiedlichen Schwerpunkten auseinanderzusetzen.

Jede Station hat eine fixe Betreuerin bzw. Betreuer aus der Gruppe der Teilnehmenden, die fix an der jeweiligen Station bleibt.

Am Ende des Tages präsentieren die Stationsbetreuer/innen vor der gesamten Großgruppe live die Highlights der jeweiligen Station.

⌚ Dauer: mindestens halber Tag

👥 Teilnehmer/innenanzahl: unbegrenzt (je nach Teilnehmeranzahl werden allerdings Trainer/innen und räumliche Möglichkeiten benötigt)



Baustein Variante B:

Vertiefende Kurzworkshops in Kombination mit Key Note

KURZBESCHREIBUNG

Nach dem Vortrag werden parallel Workshops angeboten (bei rund 80 TeilnehmerInnen empfehle ich mindestens 4). Jeder Workshop vertieft ein anderes Thema aus dem Vortrag und dauert ca. 90 Minuten.

Die Teilnehmer/innen können sich zu zwei Workshops anmelden und wechseln in der Pause.

⌚ Dauer: halber Tag

👥 Teilnehmer/innenanzahl: unbegrenzt (je nach Teilnehmeranzahl werden allerdings Trainer/innen und räumliche Möglichkeiten benötigt)



Baustein:

PERMA-Lead 360-Grad- Feedback, Erwartungsanalyse und Auswertecoaching

5

360 Grad Feedback: Die Führungskräfte schätzen sich mithilfe des PERMA-Lead® 360 Grad Feedbacks anhand zahlreicher Führungs- und Managementkompetenzen selbst ein. Dieses 360 Grad Feedback ist wissenschaftlich fundiert entwickelt worden, für jeden abgefragten Bereich wurde eine relevante Wirkung auf Mitarbeiter/innen und Unternehmenserfolg durch Studien belegt. Zusätzlich bekommen die Führungskräfte eine Fremdeinschätzung von

- a) ihrer Führungskraft sowie anonymisiert von
- b) ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und
- c) Kolleginnen und Kollegen,

mit denen sie zusammenarbeiten. Neben dem wahrgenommenen Verhalten werden die individuellen Erwartungen der unterschiedlichen Feedbackgeber/innen erhoben und dem Verhalten der Führungskraft gegenübergestellt.

Die Befragung wird online durchgeführt. Jede Führungskraft bekommt im Rahmen eines Auswertecoachings einen ca. 40-seitigen Auswertebericht mit ihren individuellen konkreten Ergebnissen zur jeweiligen Führungs- und Managementkompetenz.

Auswertecoaching: Im Rahmen eines Auswertecoachings werden mit jeder Führungskraft vertraulich die Ergebnisse der Testung durchgesprochen und konkrete Maßnahmen für den eigenen Bereich daraus abgeleitet. Wir empfehlen dazu drei Coachingeinheiten im Block (à 45 Minuten). Der Coach zeigt dabei – maßgeschneidert aufgrund der Ergebnisse – konkrete Tools und Techniken für die Führungskraft und gibt Tipps für die praktische Umsetzung.



Baustein:

PERMA-Lead Profiler mit Auswertecoaching

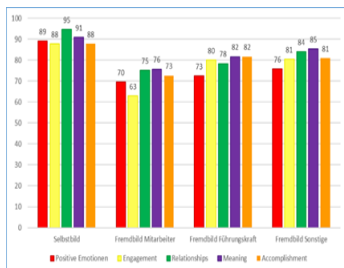
6

PERMA-Lead Profiler: Der Profiler ist die kleine Variante des 360 Grad Feedbacks. Die Führungskräfte beantworten verschiedene Fragen zu Ihrem Führungsverhalten. Daraus wird ihr Positive-Leadership Führungsprofil berechnet, in einem Auswertebericht zusammengefasst und im Vergleich zu einem Benchmark von mehreren 1000 Führungskräften beschrieben. Der PERMA-Lead Profiler ist wissenschaftlich fundiert entwickelt worden, für jeden abgefragten Bereich wurde eine relevante Wirkung auf Mitarbeiter/innen und Unternehmenserfolg durch Studien belegt.

Zusätzlich werden die eigenen Erwartungen der Führungskraft an sich selbst erhoben und dem Verhalten gegenübergestellt.

Die Befragung wird online durchgeführt. Jede Führungskraft bekommt im Rahmen eines Auswertecoachings einen 13-seitigen Auswertebericht mit ihren individuellen konkreten Ergebnissen zur jeweiligen Führungskompetenz.

Auswertecoaching: Im Rahmen eines Auswertecoachings werden mit jeder Führungskraft vertraulich die Ergebnisse der Testung durchgesprochen und konkrete Maßnahmen für den eigenen Bereich daraus abgeleitet. Wir empfehlen dazu zwei Coachingeinheiten im Block (à 45 Minuten). Der Coach zeigt dabei – maßgeschneidert aufgrund der Ergebnisse – konkrete Tools und Techniken für die Führungskraft und gibt Tipps für die praktische Umsetzung.



Baustein: Führungs- und Organisationskulturanalyse

Aus den Ergebnissen der 360 Grad Feedbacks kann recht kostengünstig ein Gesamtüberblick über die derzeitige unternehmensweite Führungskultur berechnet werden. Dazu werden alle Daten aus den 360 Grad Feedbacks anonymisiert gesammelt. Anschließend kann gegenübergestellt werden, wie die derzeitige Führungskultur von den unterschiedlichen befragten Gruppen (alle Mitarbeiter/innen, usw...) wahrgenommen wird und welche Erwartungen sie haben.

Die Ergebnisse zeigen sowohl die derzeit wahrgenommene Organisationskultur als auch die gewünschte Organisationskultur. Dabei werden die Erwartungen und Wahrnehmungen der Führungskräfte jenen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gegenübergestellt.

Anhand von wissenschaftlich fundierten Benchmarks wird daraus ersichtlich, welche Effekte die derzeitige Organisationskultur auf Aspekte wie Fluktuation, Gesundheit, Burnout Gefährdung, ... der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter hat und mit welchen konkreten Maßnahmen diese Bereiche punktgenau positiv beeinflusst werden können.

Weiters lassen sich maßgeschneidert sinnvollen inhaltlichen Schwerpunkte für die nachfolgenden Seminare und Workshops ableiten, weil sie exakt auf die derzeitige reale Situation im Unternehmen aufbauen.



Baustein: Seminar

Positive Leadership. Mit stärkenorientiertem Führen zur High Performance











8

KURZBESCHREIBUNG

Mitarbeiter/innen, die zufrieden sind und ihre eigenen Stärken einbringen können, leisten mehr. Diese banale aber dennoch wissenschaftlich fundierte Tatsache ist eine der Grundlagen des Positive Leadership Führungsansatzes. Positive Leadership zielt darauf ab, dass Führungskräfte die individuellen Stärken der Mitarbeiter/innen erkennen, fördern und für das Unternehmen nutzen.

In diesem Seminar lernen die Teilnehmer/innen das PERMA-Lead Konzept von Positive Leadership und die zahlreichen direkten Anwendungsmöglichkeiten aus erster Hand von den führenden Positive Leadership Experten kennen. Praktische Übungen und das Erlernen von konkreten Techniken und Methoden, die in den täglichen Führungsalltag integriert werden können, stehen im Vordergrund dieses Seminars.

INHALTLICHE HIGHLIGHTS

-  Was ist Positive Leadership?
-  Aktuelle und praxisrelevante Forschungsergebnisse zu Positive Leadership
-  Analyse der eigenen Stärken
-  Stärkenorientierte Feedbacktechniken
-  Methoden, Tools und Führungstechniken zu Positive Leadership
-  Umsetzungsbeispiele anhand praktischer Anwendungen
-  P-P-5-Technik als stärkenorientierte und motivierende Rückmeldung
-  Optional: PERMA-Lead-Profiler Testung direkt am Seminar
-  Individueller Praxistransfer anhand des eigenen Profils
-  Den perfekten Fit zwischen Stärken und Anforderungen schaffen

⌚ Dauer: 2-3 Tage

👥 Teilnehmer/innenanzahl: 6 – 12

Positive Leadership advanced

Aufbau- und Praxisworkshop

⌚ Dauer: 2-3 Tage












ZIELSETZUNG: Weitere Methoden aus dem Repertoire von Positive Leadership kennenlernen und individuell in den eigenen Führungsalltag integrieren.

9

KURZBESCHREIBUNG

Teilnehmer/innen dieses Seminars haben bereits das Basisseminar zu Positive Leadership besucht und sind mit den Grundlagen dieses Führungsansatzes, der Stärkenorientierung und der Logik des PERMA-Lead Modells vertraut. In diesem Workshop liegt der Fokus auf speziellen ressourcen- und stärkenorientierten Gesprächstechniken, die in unterschiedlichen Situationen, wie z.B. bei Meetings, Mitarbeitergesprächen, Bewerbungsgesprächen, usw., eingesetzt werden können. Dabei erlernen die Teilnehmer/innen die Technik des „Appreciative Inquiry“, die von David Cooperrider von der Case Western Reserve University entwickelt wurde. Weiters lernen die Teilnehmer/innen den Positive Leadership Ansatz von Prof. Kim Cameron kennen, der sich besonders gut für Teams eignet und analysieren zusätzlich ihre eigene Rolle.

INHALTLICHE HIGHLIGHTS

-  Zirkuläre Fragetechniken
-  Gelingen analysieren
-  Appreciative Inquiry
-  Unterschiedliche Mindsets und Strategien sie zu beeinflussen
-  Erkennen und Nutzen von positiven Abweichungen
-  Positive Organizational Scholarship (POS)
-  Energiespender und Energievampire im Team erkennen
-  Meine Rolle im Team als Energizer ausbauen
-  Außergewöhnliche Erfolge ermöglichen
-  Eigene Stärken durch Gruppenfeedback entdecken
-  Den perfekten Fit zwischen Stärken und Anforderungen schaffen

Die Führungskraft als Coach

Positive Leadership Coaching Techniken erlernen

⌚ Dauer: 2-3 Tage

ZIELSETZUNG: Sie etablieren stärkenorientiertes Coaching als Bestandteil Ihrer Führungsarbeit, um dadurch die Eigenständigkeit und Motivation Ihrer Mitarbeiter zu fördern.

10

KURZBESCHREIBUNG

Das Führungsverständnis hat sich in den letzten 20 Jahren grundlegend geändert. Besonders bei Mitarbeiter/innen mit hoher Expertise und Eigenverantwortung besteht die Aufgabe der Führungskraft, individuell deren Zielerreichung zu fördern und zu unterstützen. Methoden und Techniken aus dem ressourcen- und stärkenorientierten Coaching bieten für Führungskräfte ein geeignetes Handwerkszeug Mitarbeiter/innen individuell zu unterstützen, Gruppenprozesse effektiv zu steuern und auch selbst in herausfordernden Entscheidungssituationen strukturiert vorzugehen.

Positive Coaching Techniken sind geeignet, Selbstständigkeit und Ressourcen seiner Mitarbeiter/innen und Teamkollegen zu fördern, Probleme auf systemverträgliche Weise zu lösen, Widerständen entgegenzuwirken und gezielt Veränderungen herbeizuführen.

INHALTLICHE HIGHLIGHTS

- 🌀 Grundlagen und Erfolgsfaktoren von Positive Coaching verstehen
- 🌀 Professionelle Coaching-Haltung einnehmen: Wertschätzung, Vertrauen, Lösungs-, Ressourcen- und Zielorientierung
- 🌀 Zuhör- und Fragetechnik: Die Prinzipien des offenen Interviews beherzigen und den Problemlösungsprozess durch zirkuläres Fragen ankurbeln
- 🌀 Vielfältige Einsatzgebiete erproben: Coaching in Veränderungsprozessen, zur Steigerung der Mitarbeiter-Motivation, zur Bearbeitung von Konflikten
- 🌀 Vorteile und Voraussetzungen für internes Coaching erkennen
- 🌀 Möglichkeiten und Grenzen des stärkenorientierten Coachings
- 🌀 Das GROW Coaching-Modell direkt erleben und selbst anwenden lernen

Positive Psychologie für Lehrlinge

Dem Glück auf die Sprünge helfen

🕒 1 Tag: 09:00 – 17:00 Uhr inkl. Pausen

ZIELSETZUNG: Die Teilnehmer/innen erlernen wissenschaftlich überprüfte Methoden, um Ihr persönliches Wohlbefinden und Lebensglück zu steigern.

11

KURZBESCHREIBUNG

Die Positive Psychologie, ein jüngerer Zweig der Psychologie, beschäftigt sich mit der Steigerung menschlichen Wohlbefindens und menschlicher Exzellenz.

Für junge Menschen ist es besonders spannend, sich mit den Methoden dieser Lehre zu beschäftigen. In einer Zeit, in der die Möglichkeiten unbegrenzt sind, und die Orientierungslosigkeit weit verbreitet ist, bedarf es umso mehr geschickter und wirkungsvoller Strategien, um sich vor Burnout und Negativität zu schützen. Denn jeder ist für sein Glück selbst verantwortlich. Die gute Nachricht: jeder Mensch kann glücklicher werden, und Optimismus ist erlernbar.

Außerdem ist es nicht nur für uns selbst eine Bereicherung wenn wir glücklicher sind, auch unser Umfeld profitiert davon, denn Glück und Freude sind ansteckend und können gerade in herausfordernden Situationen den entscheidenden Unterschied machen.

Anhand des PERMA Modells wird die eigene Lebenssituation evaluiert und konkrete Strategien entwickelt, um die eigene Lebenszufriedenheit nachhaltig zu steigern.

INHALTLICHE HIGHLIGHTS

- 🌀 Inwiefern Erlebnisse uns glücklicher machen als Besitz
- 🌀 Warum Optimisten erfolgreicher sind
- 🌀 Welche Auswirkungen Glück auf unseren Körper hat
- 🌀 Wie man Burnout rechtzeitig erkennen und verhindern kann
- 🌀 Methoden zur mentalen und körperlichen Entspannung
- 🌀 Die Kraft der inneren Motivation
- 🌀 Das Geheimnis der Selbstwirksamkeit
- 🌀 Warum sich Anstrengung eben doch auszahlt.

Meine Stärken nützen

DAS Stärkenseminar für Lehrlinge

🕒 1 Tag: 09:00 – 17:00 Uhr inkl. Pausen

ZIELSETZUNG: Eigene Stärken erkennen und zukünftig gezielt im Berufsalltag einsetzen können.

12

KURZBESCHREIBUNG

Jeder Mensch hat Stärken, doch nicht immer sind wir uns dessen bewusst. Meistens fällt es uns leichter, an den eigenen Schwächen zu leiden und zu versuchen diese auszumerzen, als unsere wahren Stärken zu erkennen und bewusst einzusetzen. Mehr Fokus auf die eigenen Stärken zu legen, sowohl im Berufs- wie auch im Privatleben steigert nachweislich das Selbstwertgefühl und die Produktivität, und ist damit eine wichtige Erfolgsstrategie. Durch systematische Selbstanalyse und zielgerichtete Übungen entwickeln die Teilnehmer/innen dieses Seminars individuelle Strategien um den Perspektivenwechsel von den eigenen Schwächen auf die eigenen Stärken zu vollziehen und zu unterstützen.

Zu diesem Zweck befassen sich die Teilnehmer/innen u.a. auch mit den eigenen Zielen und Motivationsfaktoren. Auf Basis des PERMA-Modells wird ein positives Zukunftsbild mit motivierender Zugkraft für die eigenen Lebensrollen entwickelt.

INHALTLICHE HIGHLIGHTS

- 🌀 Eigene Stärken erkennen und bewusst einsetzen
- 🌀 VIA-Stärkenanalyse
- 🌀 Sichtbarmachen der persönlichen Wertigkeiten und Motivatoren
- 🌀 Ressourcen aufzeigen und nutzen
- 🌀 Persönliche Erfolgsstrategien zum Einsatz bringen
- 🌀 Erfahrungsaustausch mit den anderen Teilnehmer/innen
- 🌀 Erlernen und Anwenden von Tools aus der Positiven Psychologie
- 🌀 Stärkenorientiertes Zukunftsbild entwickeln
- 🌀 Annäherung von Selbst- und Fremdwahrnehmung

Interaktive Online Formate

Selbstgesteuerte Lernmöglichkeiten

ZIELSETZUNG: Selbstgesteuertes Online-Lernen zu unterschiedlichsten Themen

VORAUSSETZUNG: Keine

🕒 **Dauer:** individuell

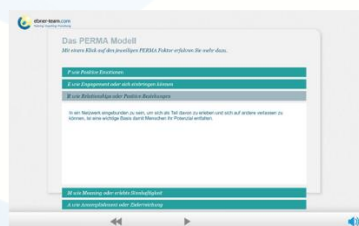
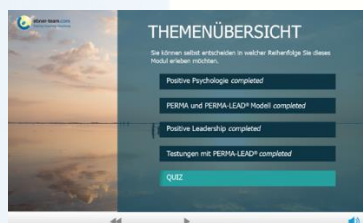
👥 **Teilnehmer/innenanzahl:** unbegrenzt

13

KURZBESCHREIBUNG

Um auch flexibles ortsunabhängiges Lernen zu ermöglichen, können ausgewählte Themen von uns als reine Online-Formate entwickelt werden. Diese Module können entweder komplett eigenständig sein oder als Modul eines Präsenzseminars (blended learning).

Die Online-Kurse erfordern keine zeitlich vorgegebene Anwesenheit. Die Teilnehmer/innen lernen bequem von jedem gewünschten Platz aus, können sich Ihre Lernzeiten selbständig einteilen und die Inhalte je nach Bedarf wiederholen.



Gerne zeigen wir Ihnen, welche Möglichkeiten es dazu gibt und besprechen Ihr konkretes Projekt.



Für Sie zum Lesen!



14

Was machen Führungskräfte, deren Teams nachhaltig überdurchschnittliche Leistung erbringen, eine geringere Fluktuation haben und deren Zufriedenheit und Motivation dabei hoch bleibt, anders? Was braucht es in Organisationen, damit Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ihr Potenzial entfalten, anstatt nur zu funktionieren?

Mit Positive Leadership lernen Sie einen revolutionären Führungsansatz kennen, der das Werkzeug dafür bietet. Der erste Teil des Buches beschreibt das Konzept von Positive Leadership. Mehr als 500 internationale Studien sowie eigene Forschungsergebnisse des Autors und seines Teams zeigen in verständlicher Form, dass dieser Führungsansatz keine sozialromantische Idee, sondern wissenschaftlich fundiert ist.

Der zweite Teil ist eine Werkzeugkiste mit zahlreichen bewährten Methoden, die im täglichen Führungsalltag gut eingesetzt werden können. Im dritten Teil geben Gastautorinnen und Gastautoren aus verschiedenen Unternehmen und Organisationen wie z. B. Lidl, dm, IKEA, SOS Kinderdorf oder T-Systems einen Einblick, wie sie diesen Führungsansatz erfolgreich umsetzen.



Baustein

Micro Learning Videos zu PERMA-Lead

Die Firma Neukurs hat sich auf E-Learning Videos spezialisiert. Dazu werden Experten aus dem jeweiligen Feld eingekauft, gemeinsam mit ihm oder ihr zu ihrem jeweiligem Thema ein Drehbuch erstellt und anschließend professionelle Videos dazu gedreht die nachfolgend animiert werden.

Jedes Thema besteht in Summe aus rund 20 Micro Lernvideos zu rund 5 Minuten, die aufeinander aufbauen. Unternehmen können Zugänge zu diesen Lernvideos einkaufen. Für Positive Leadership mit PERMA-Lead wurden rund 90 Minuten in 25 Clips angefertigt.

Die Videos eignen sich als „Schmalspurvariante“ für Führungskräfte, die nicht am Live Programm teilnehmen können aber auch zum Auffrischen der Inhalte nach den Workshops.

Kurs:

<https://neukurs.com/kurse/147/positive-leadership/1805/was-ist-positive-leadership-teil-1>

🕒 Dauer: Pro Video zwischen 3 und 6 Minuten. In Summe rund 90 Minuten

👥 Teilnehmer/innenanzahl: Unbegrenzt



Weitere dazu passende Module

**Auch die folgenden Seminare orientieren sich
sowohl in den Inhalten als auch in der
didaktischen Gestaltung des Seminardesigns
an PERMA-Lead**

Mitarbeitergespräche

erfolgreich & souverän meistern

⌚ Dauer: 2 Tage












ZIELSETZUNG: Leichte aber auch schwierige Mitarbeitergespräche ziel- und beziehungsorientiert führen.

17

KURZBESCHREIBUNG

Führungskräfte sind täglich gefordert unterschiedliche Formen von Mitarbeitergesprächen zu führen. Dabei treffen möglicherweise die unterschiedlichsten Erwartungen zusammen, seitens des Unternehmens, der Führungskraft, von Teamkolleg/innen und des/der Mitarbeiter/in. In diesem Seminar lernen Sie sich auf Mitarbeitergespräche professionell vorzubereiten und bekommen praktische Techniken vermittelt, die Sie dabei unterstützen Mitarbeitergespräche ziel- und beziehungsorientiert zu führen. Wodurch Sie in Ihrer Rolle als Führungskraft gestärkt werden und Sie gleichzeitig mit Ihren Mitarbeitern einen Schritt vorankommen.

INHALTLICHE HIGHLIGHTS

-  Strukturiertes Vorbereiten auf ein Mitarbeitergespräch
-  Umgang mit unerwarteten Situationen und professionelles agieren
-  Stärkende Feedbacktechniken
-  Schwierige Themen ansprechen
-  Kommunikationstechniken für den Beziehungsaufbau bzw. die Beziehungsstärkung
-  Wie Sie jemanden den Wind aus den Segeln nehmen können
-  Möglichkeits- und Annäherungsziele formulieren
-  Zielklarheit schaffen
-  Arbeiten mit echten Fallbeispielen aus der Praxis
-  Praktisches ausprobieren in Rollenspielen
-  Video-Analysen

Masterclass Rhetorik

Resonanzräume nützen und Story-Telling trainieren

⌚ Dauer 1 Tag: 09:00 – 17:00 Uhr inkl. Pausen

ZIELSETZUNG: ZIELSETZUNG: In diesem Seminar erlernen die Teilnehmer/innen die konkreten Techniken, die professionelle Schauspieler/innen einsetzen, um rhetorische Exzellenz zu erlangen.

18

KURZBESCHREIBUNG








Wie oft geht es im Leben um Kommunikation. Da Sie sich für dieses Seminar interessieren sind sie vermutlich schon sattelfest mit gängigen Kommunikationstechniken vertraut und suchen nach einer Möglichkeit, Ihre rhetorischen Kompetenzen weiterzuentwickeln.

Lernen Sie in diesem Seminar Ihre Stimmfarbe an den Inhalt Ihrer Sprache anzupassen, die Kraft ihrer Stimme zu entfalten und durch systematische Atemübungen die Resonanzräume Ihres Körpers stärker zu nutzen. Erfahren Sie, wie professionelle Sprecher sich auf eine Aufnahme oder eine Rede vorbereiten, wie Sie bei einer Stegreifrede den Boden unter den Füßen behalten und wie Sie in unangenehmen Situationen eloquent und flexibel bleiben.

Außerdem beschäftigt sich dieses Seminar mit dem Spannungsaufbau im Storytelling, so wie er in Film und Fernsehen, im Theater und Kabarett genutzt wird.

Durch eine Kombination schauspielerischer Methoden mit gängigen Techniken aus der Kommunikationslehre können Sie also Ihre individuellen rhetorischen Stärken weiter vertiefen und etwaige blinde Flecke durch strukturiertes Peergroup Feedback sicht- und bearbeitbar machen.

INHALTLICHE HIGHLIGHTS

-  Anwendung der Pyramide des professionellen Sprechens
-  Stimm-, Atem- und Artikulationsübungen aus der schauspielerischen Arbeit
-  Angleichen der Selbst- und Fremdwahrnehmung
-  Rhetorischer Spannungsaufbau für Vorträge und Reden
-  Fine Tuning des eigenen Gesprächsstils mit Fokus auf dessen Stärken und Schwächen
-  Storytelling als Kompetenz trainieren
-  Video-Analysen

Selbstfürsorge und Achtsamkeit

Ich bin in meiner Kraft

🕒 2 Tage und ein Transferhalbtage

ZIELSETZUNG: Ein achtsamer Umgang mit sich selbst und das Erspüren der eigenen Bedürfnisse als Basis für selbstfürsorgliches Handeln.

19

KURZBESCHREIBUNG

Die neue Arbeitswelt erfordert neue Wege der Selbstfürsorge. Der Schlüssel dazu ist die Achtsamkeit. Wo Mitarbeiter/innen bewusst mit ihren Ressourcen umgehen und mit einer achtsamen Haltung sich selbst und anderen gegenüber durchs Leben gehen, passieren Erfolg und Exzellenz Hand in Hand mit gelebter Menschlichkeit.

In diesem Seminar lernen die Teilnehmer/innen, wie Selbstfürsorge und Achtsamkeit in Zeiten zunehmender Digitalisierung gelebt werden können, um mit Freude und Motivation den Herausforderungen des Alltags zu begegnen.

Praktische Übungen helfen, eigene Bedürfnisse zu analysieren und vorhandene Ressourcen optimal zu nutzen. Gemeinsam wird erarbeitet, wie die Säulen der Achtsamkeit im beruflichen Kontext umgesetzt werden können, um mehr Ruhe und Gelassenheit und die Kraft aus der eigenen Mitte zu erspüren. Strategien und Kompetenzen für selbstfürsorgliches Handeln runden das Programm ab.

INHALTLICHE HIGHLIGHTS

- 🌀 Achtsamkeit und Selbstfürsorge
- 🌀 Grundlagen und Säulen der Achtsamkeit
- 🌀 Das Konzept der Selbstfürsorge – Strategien zur Umsetzung
- 🌀 Achtsamer Umgang mit Gefühlen
- 🌀 Affektbilanz
- 🌀 Körperübungen zur Achtsamkeit
- 🌀 Erforschung von Bedürfnissen
- 🌀 Achtsamkeit in Beziehungen
- 🌀 Ein AAO-Geschenk machen
- 🌀 Auseinandersetzen mit den eigenen Ressourcen
- 🌀 Viele praktische Übungen



Impressum

ebner-team
Training – Coaching – Forschung GmbH
Geschäftsführer: Dr. Markus Ebner
Rudolf Nurejew Promenade 1/7/3
1220 Wien

www.ebner-team.com
office@ebner-team.com
+43 650 2207 444