

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:

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. Als Coaching- Seminar mit 3 - max. 6 TeilnehmerInnen.



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

Leitung:

Petra Funke - Dipl.-Wirtschaftspädagogin, Geschäftsführende Inhaberin von DialogArt
Trainerin, Coach, Moderatorin & Beraterin im Team von DialogArt, langjährige Erfahrungen als Coach, Managementtrainerin, Moderatorin und Beraterin für Veränderungsprozesse im Bereich Personal- und Organisationsentwicklung - u.a. spezialisiert auf den Bereich Führungskompetenz und Führungskräfte-Entwicklung, Teamtraining, Kommunikation | Rhetorik, Konfliktmanagement, Beschwerdemanagement, Selbst- und Stressmanagement, Methodenkompetenz sowie Team- und Organisationsentwicklung



Methoden:

Theorie-Inputs, Checklisten, Partnerübungen, Einzel- und Gruppenarbeit, Diskussion und Erfahrungsaustausch, persönliches Profil "Typologie Ja-Sager" und "innere Leistungsantriebe", schriftliches Begleitmaterial (Handout) und Visualisierung des Seminars in Form eines elektronischen Fotoprotokolls

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

Nächste Termine: 07.02.2019 | 02.04.2019 | 28.08.2019 | 12.12.2019
jeweils 9.00 – 17.30 Uhr

Investition: 400 € pro Person | **EARLY BIRD** (bis 12 Wochen vor Start) mit 10 % Frühbucher-Rabatt 360 € - 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 3 TN und max. 6 Teilnehmer | Transfer-Coaching | Monitoring

Leistungen: Fragebogen zur Vorbereitung, Seminarleitung durch erfahrene Trainerin, umfangreiche Teilnehmerunterlagen (Handout), Bereitstellung von nötigem Seminarmaterial und einem elektronischen Fotoprotokoll zur Nachbereitung.



Hiermit melde ich verbindlich zur Teilnahme an:

Seminar **Persönlichkeit stärken – Grenzen setzen**

Termin | Ort _____

Name, Vorname _____
(falls abweichend von der Kontaktanschrift)

Kontakt- | Rechnungsanschrift:

Frau/Herr _____

Name, Vorname _____

Firma _____

Abteilung _____

Straße _____

PLZ Ort _____

Telefon _____

Fax _____

E-Mail _____

Datum Unterschrift _____

Sonderkonditionen: _____

Geschäftsbedingungen

Bitte beachten Sie, dass mit Ihrer Anmeldung ein Vertrag zustande kommt. Sie erhalten nach Eingang Ihrer Anmeldung eine Anmeldebestätigung / Rechnung. Falls Sie wider Erwarten nicht teilnehmen können, haben Sie die Möglichkeit, einen Ersatzteilnehmer zu benennen. Anderenfalls entstehen folgende Stornokosten: Bei **Absage** bis 8 Wochen vor Seminarbeginn keine Kosten, 8 bis 4 Wochen vorher 20%, 4 bis 2 Wochen vorher 40%, weniger als 2 Wochen vor Seminarbeginn 80% der Seminararkosten. Bei **Umbuchung** bis 4 Wochen vor Seminarbeginn keine Kosten, 4 bis 2 Wochen vorher Umbuchungskosten (50 € netto bei eintägigen, 100 € netto bei mehrtägigen Veranstaltungen), weniger als 2 Wochen vor Seminarbeginn 40% der Seminararkosten.

In Ausnahmefällen (z.B. Krankheit) behalten wir uns vor, das Seminar nicht mit dem genannten Trainer, sondern einem Ersatztrainer aus unserem Team durchzuführen. Ebenso kann es in Einzelfällen dazu kommen, dass die Veranstaltung an einem anderen Ort bzw. in einem anderen Hotel durchgeführt wird.

Ein Termin findet statt, wenn die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist. Zusätzlich bieten wir Ihnen eine **DURCHFÜHRUNGSGARANTIE** ab 3 angemeldeten Teilnehmern. Wir übernehmen keine Haftung, falls eine Veranstaltung z.B. wegen zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden muss. Selbstverständlich werden dann bereits gezahlte Beträge in voller Höhe erstattet. Weitere Ansprüche an den Veranstalter sind ausgeschlossen. Bei Überschreiten der maximalen Teilnehmerzahl (in der Regel 6-8) kann der Veranstalter einen Ausweichtermin anbieten, es kann daraus allerdings kein Anspruch abgeleitet werden. Vom Veranstalter wird auch keine Haftung für Schäden übernommen, die durch Dritte verursacht werden.

Die Seminarpreise verstehen sich exkl. MwSt. sowie der Anreise- und Übernachtungskosten. Für den Fall, dass Sie eine Übernachtung im Hotel benötigen, sind die Hotelkosten direkt vor Ort zu zahlen. Bei der Suche und Auswahl eines passenden Hotels sind wir gern behilflich.

Sonderkonditionen:

Frühbucherrabatt (FB): Bei Buchung Ihres Seminars bis 12 Wochen vor Seminarbeginn gewähren wir einen Rabatt von 10%.

Mehrfachbucherrabatt (MB): Wenn Sie mehrere Teilnehmer Ihres Unternehmens anmelden, gewähren wir folgende Rabatte: Für den zweiten Teilnehmer 10% Rabatt, ab dem dritten Teilnehmer 15% Rabatt.

In Kombination (FB+MB): Auch für den ersten Teilnehmer bedeutet das 10% Rabatt, ab dem zweiten Teilnehmer 15% Rabatt.

