

Selbstmanagement mit dem inneren Team

Erfolgreiche Kommunikation durch innere Klarheit.
Kommunikationstraining bei Eisberg.



Wissen
für mehr
Erfolg

Kommunikation ist wie ein
Eisberg,
nur ein **kleiner Teil** ist **sichtbar**
über der Meeresoberfläche,
der **größere Teil**
ist **unsichtbar.**

Eisberg-Seminare

Im Borselhof
Borselstrasse 18
22765 Hamburg
Fon: +49 (0)40 - 39 10 63 31
Fax: +49 (0)40 - 39 10 63 55

www.eisberg-seminare.de



Selbstmanagement mit dem inneren Team

Erfolgreiche Kommunikation durch innere Klarheit. Kommunikationstraining bei Eisberg.

Zielgruppe

Dieses Seminar richtet sich an alle, die Klarheit erreichen wollen, sowohl mit sich selbst als auch in der Kommunikation mit anderen.

Praxisnutzen

„Willst du ein guter Kommunikator sein, so schau auch in dich selbst hinein“ (Schulz von Thun) – klare, stimmige und dadurch erfolgreiche Kommunikation setzt voraus, dass ich erst einmal selber weiß, wie es in mir aussieht.

Jeder weiß aus dem beruflichen und privaten Alltag, dass sich zu den meisten Themen, Fragen, Entscheidungen, Situationen innerlich viele verschiedene Meinungen, Emotionen, Absichten und Bedürfnisse regen. In einigen Fällen sind sie gleichzeitig, in anderen nacheinander spürbar, und nicht selten widersprechen sie sich und es können innere Konflikte und Blockaden entstehen. Gerade in wichtigen und emotionalen Situationen ist innere Klarheit und „Einstimmigkeit“ eher eine Seltenheit und innere „Mehrstimmigkeit“ eher die Regel und menschliche Realität. Da kann eine klare und prägnante Kommunikation dann zur Herausforderung werden: Wie soll ich nach außen hin klar kommunizieren, wenn es sich innen nicht immer klar anfühlt? Mit Hilfe des „Inneren-Team-Modells“ werden Sie in die Lage versetzt, innerer Mehrstimmigkeit oder Unklarheit mit Souveränität zu begegnen und das Wertvolle und Kraftvolle in ihr zu entdecken. Langfristig kann das Modell Ihnen dabei helfen, ehrlicher und differenzierter mit sich selber umzugehen und dadurch in der Kommunikation mit anderen klarer, prägnanter und verständlicher zu werden. Es unterstützt Sie darin, besser zu verhandeln, zu entscheiden und Ihre eigenen Motive und Ziele klarer zu erkennen und zu formulieren.

Kerninhalte

- Grundidee des Modells „Inneres Team“
- Leitbild: Stimmige Kommunikation – was heißt das?
- Kennenlernen des eigenen inneren Teams in schwierigen Kommunikationssituationen
- Gemeinsame Entwicklung von Lösungsmöglichkeiten

Zum Seminar

Im Zentrum des zweitägigen Seminars steht das Modell des „Inneren Teams“ (Schulz von Thun, 1998), das von der Grundidee ausgeht, dass innere Pluralität die menschliche Normalität darstellt. Die Aufgabe eines jeden besteht darin, damit umzugehen und sein eigenes inneres Team gut zu kennen, seine Stärken und Schwächen einschätzen zu können, innere Konflikte zu managen und das innere Team zu leiten.

Sie lernen im ersten Schritt Ihre „inneren Teammitglieder“ in verschiedenen Berufs- und Alltagssituationen kennen, um dann im zweiten Schritt eine klare und angemessene Kommunikation zu entwickeln, die zu Ihnen und ihrem jeweiligen inneren Team passt und die dadurch authentisch und zielführend ist.

Methoden

Fachinput, Arbeit an eigenen Fällen, Selbstreflexion, Einzel- & Gruppenarbeiten, Diskussionen, moderiertes Feedback aus der Gruppe, Trainer- Feedback, Rollenspiele

Organisation

Offenes Seminar: Dauer 2 Tage, jeweils von 10:00 bis ca.17:00 Uhr.

Preis je Teilnehmer: Euro 980,- zzgl. MwSt. – Geschlossenes Training nach Absprache.

Termine finden Sie auf Seite 6.



Die Trainerin



Christine Hirsch

Jahrgang 1977, Diplom Psychologin, Studium der Psychologie an der Universität Hamburg mit dem Schwerpunkt Beratung und Training/Kommunikationspsychologie (Prof. Dr. Schulz von Thun). Ausbildung zur Konfliktmoderatorin (Universität Hamburg, Prof. Dr. Redlich). Ausbildung zur Gruppenleiterin für kommunikationspsychologische Standardinterventionen (Prof. Dr. Schulz von Thun). NLP-Master-Ausbildung (DVNLP).

Seit 2003 selbstständige Trainerin mit den Schwerpunkten: Kommunikation, Gesprächsführung, Konfliktmanagement und Teamentwicklung. Seit 2007 Dozententätigkeit an der Universität Hamburg.

Bisherige Auftraggeber u. a.:

Vattenfall Europe Hamburg AG, Daimler Chrysler AG, PwC – Deutsche Revisions AG, Siemens AG, Dumrath & Fassnacht KG, DELO Industrial Adhesives Shanghai, TLG IMMOBILIEN GmbH, HASPA Hamburger Sparkasse, Nintendo of Europe GmbH.

Die Termine und die Kosten

Eisberg-Seminare veranstaltet *Selbstmanagement mit dem inneren Team* als offenes Seminar, zu dem sich maximal 8 einzelne Teilnehmer anmelden können.

Der Teilnehmerpreis für das offene Seminar beinhaltet

- die Teilnahme an *Selbstmanagement mit dem inneren Team*
- die Bereitstellung der Seminarunterlagen und des Seminarprotokolls
- die Tagungspauschale für Seminarräume und Technik
- Verpflegung an den zwei Seminartagen

Preis je Teilnehmer: Euro 980,- zzgl. MwSt.

Offenes Seminar: Dauer 2 Tage, jeweils von 10:00 bis ca. 17:00 Uhr.

Die Termine in **Hamburg**

2010: 01. + 02. März, 17. + 18. Mai, 18. + 19. November.

Seminare in **Berlin**

2010: 11. + 12. Februar, 03. + 04. Mai, 18. + 19. Oktober.

Falls Sie Interesse an der Teilnahme an einem geschlossenen Seminar für ein Team oder eine Abteilung Ihres Unternehmens haben: Eisberg-Seminare bietet *Selbstmanagement mit dem inneren Team* auch als geschlossene Veranstaltung an.



Teilnahmebedingungen

Die 150%-Best-Value-Garantie

Sollten Sie in der ersten Kaffeepause eines Seminars sich entscheiden das Seminar vorzeitig zu verlassen, weil z.B. die Inhalte und/oder der Trainer Sie nicht überzeugt hat oder Sie einfach nicht zufrieden waren, erhalten Sie die komplette Seminargebühr zuzüglich Ihrer Reisekosten zurückerstattet - und dies auch ohne Angabe von Gründen.

Die Höhe der Fahrtkosten sind für die Anreise mit der Deutschen Bundesbahn, 2-Klasse-Ticket, und mit dem eigenem PKW bis zu einer Entfernung von 200km zum Seminarort abgedeckt. Größere Entfernungen sind nur nach vorheriger schriftlicher Bestätigung möglich.

Stornierung der Anmeldung

Stornierungen sind nur schriftlich möglich und können gegen eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von Euro 25,- bei Einzelteilnehmern (offene Veranstaltung) bis 30 Tage vor Veranstaltungsbeginn vorgenommen werden.

Bei Stornierungen nach diesem Zeitpunkt, 30 Tage bis 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn, sind 80% der Teilnahmegebühren zu entrichten, Keinerlei Kosten entstehen bei Anmeldung eines Ersatzteilnehmers. Bei Stornierungen 7 Tage und weniger vor Veranstaltungsbeginn sind 100% der Teilnahmegebühren zu entrichten, Keinerlei Kosten entstehen bei Anmeldung eines Ersatzteilnehmers.

Bei Stornierungen von Seiten des Veranstalters aus Gründen, die Eisberg-Seminare zu vertreten hat, werden bereits entrichtete Teilnahmegebühren in vollem Umfang zurückerstattet. Weitere Ansprüche an Eisberg-Seminare bestehen nicht.

Ablauf des Seminars / Trainings

Eisberg-Seminare behält sich vor, die Inhalte und den Aufbau des Seminars – unter Wahrung des angegebenen Gesamtcharakters der Veranstaltung – frei zu gestalten. Eisberg-Seminare ist berechtigt bei Ausfall eines Trainers einen Ersatztrainer zu stellen.

EISBERG-SEMINARE

Im Borselhof
Borselstrasse 18
22765 Hamburg

Schneller gehts
per Fax (040) 39 10 63 55

Anmeldung für ein offenes Training / Seminar

Titel des Seminars / Trainings	Datum	Teilnehmerpreis
_____	_____	_____ (zzgl. MwSt.)

Teilnehmer / in

_____ Firma	_____ Vorname, Name
_____ Straße, Nr.	_____ Postleitzahl, Ort
_____ Telefon / Fax	_____ E-Mail

Rechnungsstellung

- Die Rechnung geht an die obige Adresse. Bitte senden Sie die Rechnung an:

_____ Vorname, Name	_____ Firma
_____ Straße, Nr.	_____ Postleitzahl, Ort

Unterschrift

Hiermit melde ich mich verbindlich zur oben genannten Veranstaltung an. Die Anmeldung erfolgt unter Anerkennung der beigefügten Teilnahmebedingungen von Eisberg-Seminare.

_____ Unterschrift	_____ Ort	_____ Datum
--------------------	-----------	-------------

