

## **Seminar:**

### **„Persönlichkeitsentwicklung – den eigenen Ressourcen auf der Spur“**



#### **Geplante Inhalte für 4 Seminar Tage**

##### **(auf Mallorca oder in der BRD in Kassel oder Berlin)**

- **Sich selbst besser kennen lernen**
- **Persönlichkeitsentwicklung**
- **Entwicklungspsychologische Aspekte**
- **Sozialisationsinstanzen**
- **„wer, was und wie bin ich“**
- **Selbstbild versus Fremdbild**
- **Positives Selbstbild/ Selbstakzeptanz/  
Selbstwert/Selbstvertrauen**
- **Ressourcen orten und mobilisieren**
- **Unterschiede zwischen Talent, Stärke, Wissen und Können**
- **Stärken und vermeintliche Schwächen bearbeiten**

- **Soft Skills und deren Bedeutung herausarbeiten**
- **Intrinsische und extrinsische Motivationsfaktoren**
- **Motivklassen / Elemente der Motivation**
- **Leitmotive und Werte in Ihrem Leben definieren**
- **Einstellungen/Haltungen ändern**
- **Blockaden lösen/ innere Antreiber entlarven**
- **Alte irrationale Glaubenssätze erkennen, analysieren**
- **Neue Glaubenssätze entwerfen**
- **Eigenes Führungsverhalten überprüfen und optimieren**
- **Wie führe ich mich selbst/ Selbst-Management**
- **Wie führe ich meine Mitarbeiter?**
- **Diverse Führungsstile (GRID Modell)**
- **Kommunikation, Kooperation und Konfliktlösung**
- **Diverse Kommunikationsstile (DISG Modell)**
- **Persönliche Ziele für die Qualifikation als Führungskraft**
- **Zielformulierungen (SMARTe und SPEZI Formel)**
- **Bedingungen des Verhaltens**
- **Vom Wunsch zur Wirklichkeit / in die Umsetzung kommen**
- **Transfer und Nachhaltigkeit in 4 Lebensbereichen einleiten**

### **Methoden:**

**Einsatz vielfältiger, aktivierender Lehr-u. Lern-Methoden zur (Selbst)-Erfahrung sowie zum besseren (Selbst)-Management. Trainerinput wechselt sich ab mit Einzel-, Partner- oder Kleingruppenarbeiten. Die Auswertungen und Feedback erfolgen im Plenum mit offener Diskussion. Bei Bedarf fließen Coaching-Elemente ein.**

## **Ihre Investition:**

**Sie erhalten das 4 Tages Seminar für 3.360,00 € inkl. MWST, komplett inklusive Handouts für die Teilnehmenden mit vielen Übungen zur Selbstreflexion.**

## **Ihre Vorteile und Nutzen**

**Als (angehende) Führungskraft gilt es, sich der eigenen Handlungsfähigkeit mit den wichtigen Kompetenzbereichen Fachkompetenz, persönliche Individualkompetenz (Selbstkompetenz), Sozialkompetenz, Methodenkompetenz, Medienkompetenz sowie der interkulturellen Kompetenz bewusst zu werden und sich all diese anzueignen, kontinuierlich zu verbessern und an die jeweiligen Bedürfnislagen der Organisation bzw. des Unternehmens wie auch der Mitarbeiter anzupassen.**

**Offensichtlich benötigen Führungskräfte aus verschiedenen Disziplinen in der globalisierten Welt wichtige Anstöße, um zu einem integralen Verständnis von Welt zu kommen.**

**In diesem 4- tägigen Seminar/ Training erarbeiten wir gemeinsam wichtige Themenbereiche, um sich den vielen täglichen Herausforderungen stabiler und souveräner stellen zu können.**

**Wir gehen auf die Spurensuche nach Ihren Talenten und Stärken. Wir lernen die Unterschiede zwischen Talent, Stärke, Wissen und Können kennen, auch wie Sie mit Ihren vermeintlichen Schwächen umgehen sollten und wie Sie Ihre Stärken sinnvoll in Ihrem Arbeitsumfeld als Führungskraft einsetzen.**

**Um sich selbst (noch) besser kennenzulernen und zu verstehen, schauen wir uns Ihre Persönlichkeitsentwicklung an, auch wenn es an manchen Stellen vielleicht alte seelische Wunden und Verletzungen gibt, erproben wir gemeinsam, wie Sie solche hinderlichen Blockaden auflösen können.**

**Hier gibt es kreative Ansätze und Interventionen/Methoden, durch die ich Sie behutsam führe und coache, damit es Ihnen danach besser geht.**

**Sie entwerfen Ihre eigenen Ziele und Visionen, wie Sie Ihre Führungsqualitäten optimieren können und dabei einen nachhaltigen Ausgleich zwischen den 4 wichtigen Lebensbereichen Beruf, Beziehungen Gesundheit und Sinnerfüllung erreichen können.**

**Als Ihre Trainerin und Coach liegt mir Ihr ganzheitliches Wohlbefinden während der Seminar Tage sehr am Herzen.**

**In angenehmer, vertrauensvoller Atmosphäre auf einer Finca in Mallorca werden wir eine entspannte und zugleich wertvolle Zeit gemeinsam gestalten.**

**Herzlichst Ihre**

**Dagmar Niederhagen**

**Pädagogin, Trainerin, NLP Coach**



**CAPRICORN Bildung und Beratung, Training und Coaching**