

Charisma, die Wirkung des narzisstischen Anteils

Die Kunst zusammen zu spielen → Begeisterung und Innovation im Team

Was?

- › Gruppenworkshop um Innovationsprozesse anzustoßen und Raum für die Reflexion der Umsetzung zu geben. Muse – Macher - Mentor

Wann und Warum?

- › Stagnation in Ideenfindungsprozessen
- › Mangel an Kreativität
- › Umsetzungsschwächen
- › Bedarf an Teambuilding
- › Kick off-Workshop oder Incentive (1 Tag)

Ziele

- › Gemeinsame Lösungen schneller finden
- › Veränderungsflexibilität mit Begeisterung
- › Einst entwickelte Methoden hinterfragen und neue definieren
- › Neue Form des Kennenlernens im Team
- › Erleben der Wirkung gemeinsam zu „spielen“
- › Stark Kreativität fördern
- › Einschränkende Team-Muster verändern
- › Teamgeist etablieren

Wer?

- › Highperformance Teams, Projektteams, Managementteams, Teams in Stagnation, neu gegründete Teams

Wie?

- › 2+1 Tag/e (6 Wochen Pause für Referenzerfahrungen)
- › Teamsetting

Methodik

- › Improtheater, Rollenspiele, Modell für Innovation; Handlungsvielfalt etablieren und Flexibilität fördern

Charismatisch. Präsent. Einzigartig. → Präsentationstechniken 1

Was?

- › Erlernen von selbstbewusster Bühnenpräsenz für Vortrag oder Präsentation, Hearing, Assessmentcenter
- › Körper, Stimme trainieren, Raum schaffen und nehmen
- › Die „Message“ transportieren
- › Wissen transportieren
- › Techniken für Präsentationen
- › Präsentationsformate für unterschiedliche Persönlichkeitstypen

Wann und Warum?

- › Bühnenangst
- › Erfolgsdruck in karriere-entscheidenden Situationen oder wenn regelmäßige Präsentationen zum Job gehören
- › „Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance“

Ziele

- › Verführerische und aussagekräftige Präsentationen
- › Wohlbefinden und Freude an Vorträgen
- › Das Publikum erreichen

Wer?

- › Manager, Projektgruppenleiter, Trainer und alle die einmalig oder regelmäßig präsentieren müssen

Wie?

- › 2 Tage im Gruppensetting als Team
- › oder Einzelsetting zur akuten und schnellen Vorbereitung eines konkreten Vortrages

Methodik

- › Improtheater, Methoden aus dem Schauspiel, Wahrnehmungs- und Aufmerksamkeitsübungen, Methode der inneren Haltung und Präsenz, Clownerie, Flow Erlebnis

Präsentationstechniken 2 siehe Interaktion

Stressmanagement → Im Auge des Orkans

Was?

- › Umgang mit persönlichen Ängsten und negativen Emotionen
- › Auflösung einschränkender Muster und Entscheidungen
- › Erkennen der Grenzen zwischen mir und den anderen und pflegen der Grenzen
- › Individuelle Stressmuster zu erkennen

Wann und Warum?

- › Stress
- › Starke Problemorientierung im Denken und Handeln
- › Eingeschränkte Handlungsfähigkeit
- › Motivationslosigkeit
- › Stressbedingt unangemessene Reaktionen auf das Umfeld

Ziele

- › Verbessertes Umgang mit Stress
- › Von Stress wieder in die Leistung kommen
- › Mehr Handlungsspielraum durch Reduktion des persönlichen Stresspotenzials
- › Durchbrechen der persönlichen Konflikt-Tendenzen
- › Handlungsfähigkeit in Krisen durch Etablierung von mehr innerer Ruhe
- › Lösungsfokussierung statt Problemfokussierung
- › Persönlichen Stress halten können und nicht an die Mitarbeiter/innen weitergeben
- › Emotionale Kontinenz

Wer?

- › Führungskräfte
- › Alle, die im Umgang mit Stress Unterstützung wollen

Wie?

- › Einzelsetting

Methodik

- › Achtsamkeitsübungen, Drama-Dynamiken, Time Line