

# Intensivseminar

## Kommunikations- und Führungskompetenzen

Kompakt – exklusiv – intensiv

**Werden Sie Experte für lösungsfokussierte Kommunikation  
und wertschätzende Beziehungsgestaltung.**

Ziel der Weiterbildung ist, wirkungsvolle Methoden und Tools aus den Bereichen Kommunikation, Führung und Coaching sicher anzuwenden, um berufliche und persönliche Herausforderungen zu meistern.

Die Lerninhalte ermöglichen Ihnen, in ihrem beruflichen und privaten Umfeld konstruktiv zur Lösungsfindung beizutragen. In den Modulen geht es um die Vermittlung und Stärkung von Selbstkompetenz

und Sozialkompetenz. Der Fokus liegt auf der Entwicklung von Eigenverantwortung bei der Lösung von Herausforderungen und Krisen im beruflichen Umfeld.

Die Teilnehmer haben die Möglichkeit verborgenes Potenzial zu aktivieren und ihre Lebensqualität zu verbessern.

Die erlernten Kompetenzen finden Einsatz im Coaching, Führung und Selbstcoaching.

### Ihre persönlichen Vorteile:

- Aktivieren Sie Ihr eigenes Potenzial
- Verbessern Sie Ihre Selbstmotivation und Zielorientierung
- Reflektieren Sie Ihre eigene Wahrnehmung und erweitern Sie Ihre innere Landkarte
- Finden und entmachten Sie Stressoren und Blockierungen
- Stärken Sie Ihre persönliche und soziale Kompetenz
- Erreichen Sie ein positives Selbstbild und Resilienz

### Angewendete Methoden:

- Systemische Fragen und Interventionen
- Systemtheorie
- Konstruktivismus
- Neurolinguistisches Programmieren
- Kommunikations- und Sprachmodelle
- Züricher Ressourcenmodell
- Neurowissenschaftliche Erkenntnisse
- Embodiment

### Seminaraufbau:

- Kurzvorträge
- Kleingruppenarbeit
- Einzelarbeit
- Praktische Übungen
- Fallbesprechung
- Arbeitsblätter
- Achtsamkeitstraining

## Seminarinhalte

Das Intensivseminar ist in vier Module unterteilt, welche folgende Kernthemen behandeln:

### **Modul 1** (10.-11. Oktober 2018)

#### Grundlagen der lösungsfokussierten Haltung

- Konstruktivismus
- Kommunikationsmodelle
- Aufbau empathischer Kommunikation und Beziehungsgestaltung
- Anliegen-, Kontext- und Beziehungsklärung
- Zielerreichungsmodelle und -strategien

### **Modul 2** (5.-6. Dezember 2018)

#### Methoden des Selbstmanagements

- Persönliche SWOT-Analyse
- Wirkung von Glaubens- und Wertesystemen
- Lösung von mentalen Blockaden
- Motivationsstrategien
- Systemische Interventionen und Systemtheorie

### **Modul 3** (30.-31. Januar 2019)

#### Konfliktlösungsstrategien

- Visualisierung von Systemen und deren Wechselwirkung
- Aufbau und Prozessgestaltung von konstruktiven Rückmeldungen
- Resilienzfaktoren
- Kooperationsmodelle zur Auflösung von Ambivalenzen
- Lebensbalancen und innere Konflikte

### **Modul 4** (20.-21. März 2019)

#### Reflektion und Integration

- Inneres Team
- Systemisches Portrait
- Rollenklarheit
- Emotionale Selbststeuerung und Stressprävention
- Führungskompetenzen

#### **Kursleitung:**

Ingrid Blessing, Lehrtrainerin und Lehrcoach  
Patricia Geißler, Lehrtrainerin und Lehrcoach

#### **Veranstalter/Organisation:**

WEDA Akademie, Graben-Neudorf

#### **Investition:**

2495 € (zzgl. MwSt.) bzw. 2969,05 € (incl. MwSt.)

Teilnehmer aus Baden-Württemberg erhalten eine Förderung auf die Seminargebühr (Nettobetrag) von bis zu 50% über den ESF.

#### **Literaturempfehlung:**

Coaching leicht und locker von Ingrid Blessing und Patricia Geißler  
Weitere Informationen und Bestellung unter [www.geissler-blessing.de](http://www.geissler-blessing.de)

