

Zielgruppe

Mitarbeitende und Führungskräfte aller Ebenen

Essenz

Sich selbst zu kennen, also über eine gute Eigenwahrnehmung zu verfügen, erleichtert den Kontakt mit Kollegen, Mitarbeitern oder Führungskräften aber auch mit den Menschen im privaten Umfeld. Ein Resultat aus der selbstbewussten Auseinandersetzung mit den eigenen Werten, Motiven und Persönlichkeitsanteilen ist, die eigene innere Haltung und das Auftreten nach außen in Einklang zu bringen und sich situationsbezogen, also stimmig zu verhalten. Ziel des Seminars ist es, die eigenen Stärken und Potenziale zu reflektieren, die eigene Wirkung auf Andere zu erleben und die Konsequenzen daraus zu reflektieren. Sich der eigenen Werte bewusster zu werden, ist ein weiteres Ziel. Sie haben die Möglichkeit, individuelle Entwicklungsthemen einzubringen und durch Bearbeitung in der Gruppe den eigenen Persönlichkeitsraum zu erweitern. Unterschiedliche Verhaltensweisen können erprobt werden.

Methodik

Trainer-Input, Einzel-, Partner- und Gruppenübungen, Eigenreflexion, Fallarbeit, Selbsterfahrung.

Umfang

2 Tage

Inhalt

Grundstruktur der eigenen Persönlichkeit

- Persönlichkeitsbestimmung nach dem Riemann Thomann Kreuz
- Die eigene Grundstruktur durchleuchten
  (... aha, so bin ich – im Guten wie im Schlechten...)
- Verhaltensweisen Anderer, fremdes Verhalten verstehen
  (... warum tickt der so?)
- Anziehungspunkte und Allergien im Kontakt
  (... warum fühle ich mich zu Jenem so hingezogen und warum bin ich vom Anderen gleich unendlich genervt?)

Die eigene Motivation erkennen

- Eigene Rollen und Muster
- Persönliche Werte (was ist mir wichtig; was ist mir hoch und heilig) und
- Ihre Auswirkungen im Kontakt mit anderen Menschen

Den eigenen Persönlichkeitsraum erweitern

- Eigenbild mit Fremdbild abgleichen
- Das Johari Fenster und seine praktische Anwendung
- Konstruktives Feedback geben und bekommen
- Verhaltensweisen überdenken und optimieren

Handwerkszeug

- Individuell bezogen auf die Teilnehmer