

LEBST DU SCHON ODER FUNKTIONIERST DU NUR?



5 MODULE - START 2022

INNER WORK GUIDE

Wie persönliche Entwicklung gelingt

Sich als Mensch immer weiterzuentwickeln, ist angesichts gesellschaftlicher und technologischer Entwicklungen heute wichtiger als je zuvor.

Wenn wir von Digitalisierung, Innovation und neuen Technologien sprechen konzentrieren sich die meisten Veränderungsprozesse auf die äußere, sichtbare Dimension des Wandels. Tragfähige Veränderung im Außen, muss jedoch von einer inneren Transformation begleitet sein! Dabei geht es um das Potenzial eines Menschen und seine individuelle Entwicklung. Was braucht ein Mensch, um an den äußeren Gegebenheiten zu wachsen, Stress zu bewältigen, Belastungen standzuhalten und echte Veränderung in sich selbst zu erleben?

Was vielen nicht bewusst ist: Der zweithäufigste Anlass für krankheitsbedingten Arbeitsausfall sind seelische Ursachen!

Nährendes für sich selbst und andere zu erkennen und zu integrieren, stärkt Menschen und ermöglicht eine neue Qualität von Zusammenarbeit.

Lerne, wie Du Dich selbst und andere in Deiner Organisation begleiten kannst bei einer nachhaltigen persönlichen Entwicklung. Entdecke entsprechende Kompetenzfelder, um inneres Potential zu entfalten und kraftraubende Faktoren abzulegen.

ZIELGRUPPE:

Führungskräfte, Personalverantwortliche, Coaches, Trainer und Interessierte

MEHRWERT DER AUSBILDUNG

Ein INNER WORK GUIDE ...

- ... kennt und versteht wichtige Dynamiken persönlichen Erlebens und persönlicher Entwicklung.
- ... begleitet und unterstützt Menschen bei entscheidenden Veränderungsprozessen.
- ... schafft in Organisationen Räume und Strukturen, die persönliches Wachstum und Reifung erleichtern und ermöglichen.

WORUM GEHT ES?

Die Fähigkeit eine gelingende Beziehung zu sich selbst und anderen aufzubauen ist die Grundlage, um das Leben in seinen Höhen und Tiefen zu bewältigen. Wo diese Kompetenz fehlt, brennen Menschen aus, Motivation geht verloren, man funktioniert zwar, aber sowohl die Lebensqualität, als auch die Arbeitsqualität bleibt auf der Strecke.

Emotionale Kompetenz ist die Grundlage einer Unternehmenskultur, in der die innere Führung von Mitarbeiter*innen, Teams und Führungskräften eine neue Dimension von Menschlichkeit, Intelligenz und Zukunftsfähigkeit entstehen lässt.

Das wiederum ist ein Fundament für authentische Kommunikation anstelle von Kommunikationstheater: Warum kommen viele Botschaften nicht an oder werden missverstanden? Und wie können wir die Chance von Konflikten nutzen, ohne daran zu zerbrechen?

„Als Inner Work Guide können wir Menschen beistehen, nicht nur zu funktionieren, sondern kraftvoll zu leben.“

MODULE

02./03. Mai 2022

Modul 1: Emotionale Kompetenz mit **VIVIAN DITTMAR**

Gefühle und Emotionen bestimmen unser Leben und unsere Entscheidungen, ob wir wollen oder nicht. Wir investieren viel Zeit und Geld, um bestimmte Gefühle zu vermeiden und andere möglichst oft zu erfahren.

In vielen Unternehmen sind Gefühle immer noch ein Tabu, der Arbeitsalltag zeigt jedoch, dass sie sich nicht ausklammern lassen. Gefühle sind wichtige Beziehungskompetenzen, die wir auch in Arbeitssituationen dringend benötigen. Der Schlüssel hierzu ist die Entwicklung emotionaler Kompetenz.

Dies bedeutet in einer belastbaren Qualität zu lernen

- eigene Gefühle und Gefühle des anderen wahrzunehmen,
- sich empathisch einfühlen zu können.
- Die Dynamik von Gefühlen und Emotionen zu verstehen,
- diese deuten und einordnen zu können,
- mit diesen Dynamiken umgehen zu lernen
- und deren Nutzen für die eigene Innere Führung /Inner Work zu erleben.

Unsere Referentin: Vivian Dittmar – Expertin für emotionale Intelligenz führt in diesem Modul durch ihr Kompetenzmodell. Ihre praktischen Übungen helfen dabei, die Erkenntnisse für sich erfahrbar zu machen.

30. Juni/01. Juli 2022

Modul 2: Das innere Navi & Emotionale Intelligenz mit **VIVIAN DITTMAR**

Innere Führung befähigt Menschen das eigene Leben und Arbeiten zu reflektieren und Zukunft stimmig zu gestalten. Was ist der Unterschied zwischen einem normalen Gedanken und einer echten Eingebung? Was ist ein guter Umgang mit Intuition? Was sagt die Intuitionsforschung? Ist es sinnvoll, Entscheidungen rein rational zu treffen – oder rein nach dem berühmten Bauchgefühl? Wie höre ich auf mein Herz und ist es immer der beste Ratgeber? Kann man Inspiration und kreatives Denken trainieren?

Unsere Referentin: Vivian Dittmar – Expertin für emotionale Intelligenz, erklärt die fünf Disziplinen des Denkens und zeigt, wie wir sie so entwickeln können, dass unser inneres Navi uns zuverlässig durchs Leben führt und wie wir Konflikte und Spannungen für uns nutzen können.

22./23. September 2022

Modul 3: Resilienz – Innerer Dialog, das Geheimnis innerer Stärke

mit **Dr. MIRRIAM PRIESS**

Es ist elementar auf sich zu hören, das Innere wahrzunehmen, um die eigene Position angemessen vertreten zu können. Genau das haben die meisten von uns nie gelernt. Wie lerne ich, mir selbst und anderen auf Augenhöhe zu begegnen?

Wie entdecke, entfalte und lebe ich dieses persönliche Potential, um es nicht nur in der Arbeit gewinnbringend einzubringen!

Unsere Referentin: Dr. Mirriam Priess – Expertin für Burnout und Resilienz zeigt in diesem Modul, warum wir wirklich ausbrennen, wie der Innere Dialog uns stärkt und uns hilft unser Leben wesensgemäß zu gestalten.

10./11. November 2022

Modul 4: Die Neue gewaltfreie Kommunikation

mit **MARKUS FISCHER**

Viele unserer Botschaften kommen nicht an oder werden missverstanden. Wie führen wir Gespräche klar und mitfühlend aber ohne Selbstzensur und falsche Rücksichtnahme? Welche Rolle spielen Persönlichkeitsentwicklung und persönliche Reife in der Kommunikation? Welche Rolle spielen dabei unsere Welt- und Menschenbilder? Sind uns diese bewusst? Wie lassen sich gelingende Beziehungen in Berufs- und Privatleben mit einer neuen Qualität von Kommunikation gestalten?

“Die Würde in einem Menschen zu sehen, ist gerade dann am nötigsten, wenn er auf eine Weise kommuniziert, die es am schwierigsten macht.” Marshall B. Rosenberg

Unser Referent: Markus Fischer – Experte für die Neue Gewaltfreie Kommunikation führt mit viel Erfahrung und Praxisanleitung durch diese Tage.

25./26. Januar 2023

Modul 5: New Work needs Inner Work

mit **BETTINA ROLLO**

Wandel im Außen braucht Wandel im Inneren des Menschen.

Wie können wir Räume schaffen in denen Menschen und Teams wachsen und sich entwickeln? Was sind Erfahrungen, Prozesse, Herangehensweisen, die Menschen, Teams und Organisationen unterstützen reifen und wachsen zu können? – So können diese ihre komplexe, flexible Außenwelt kompetenter, sicherer und glücklicher gestalten und eine neue Qualität von Kreativität entsteht.

Unsere Referentin: Bettina Rollo – Expertin für New Work zeigt anhand von Organisationsprinzipien, konkreten Beispielen und Übungen welche Prinzipien wichtig sind um flexibler und sinnstiftender zu arbeiten.

INFORMATIONEN

Preis pro Modul (bei Einzelbuchung)
995,- € zzgl. MwSt.

Bei Buchung der gesamten Reihe
795,- € zzgl. MwSt. pro Modul

Der Preis beinhaltet alle Seminarleistungen, inkl.
Verpflegung. Übernachtung mit Frühstück ist nicht
beinhaltet.

Im Westhouse befindet sich das neue 3***
Inklusionshotel einsmehr. Bei rechtzeitiger Buchung
können Sie für diesen Termin vor Ort im Hotel eine
Übernachtung mit Frühstück buchen.

Wir haben dort ein begrenztes Kontingent reserviert:
Bei Buchung "co-create" angeben.

ALLE INFORMATIONEN DER
MODULE UND REFERENTEN
FINDEN SIE AUF UNSERER
WEBSITE

„Inner Work Guide“

Mit Experten persönlicher Entwicklung und Innerer
Führung auf der Spur

VERANSTALTUNGSORT

Westhouse Augsburg

Anmeldung und weitere Informationen unter info@co-create.de

co-create gmbh | Günzstr. 9 | 86356 Neusäß |
Telefon +49 (0)821 486 86 975 |
www.co-create.de | info@co-create.de

