



„Nur wenige Führungskräfte sehen ein, dass sie letztendlich nur eine einzige Person führen können und auch müssen. Diese Person sind sie selbst.“ Peter F. Drucker



Dipl.-Ing. **Michael Blochberger**. Studium Kommunikations-Design. Seit '77 als Unternehmer und Geschäftsführer tätig. Dreijährige Trainerausbildung in körperorientierter Selbsterfahrung, Fortbildung in Gruppendynamik, Rhetorik, NLP sowie verschiedenen Methoden der Humanistischen Psychologie. Seit '97 engagiert als Trainer und Coach.



Offene Seminare 2010

## Termine und Preise

### EQ1: Mit Gefühl zu mehr Erfolg

- Do **11.03.2010**, 9:00 Uhr bis So **14.03.2010**, 16:00 Uhr  
**Schrammenhoff**, 41169 Mönchengladbach
- So **02.05.2010**, 9:00 Uhr bis Mi **05.05.2010**, 16:00 Uhr  
**Jochenshof**, 27308 Kirchlinteln bei Verden
- Do **17.06.2010**, 9:00 Uhr bis So **20.06.2010**, 16:00 Uhr  
**Landhotel Rössle**, 74597 Rechenberg
- Do **23.09.2010**, 9:00 Uhr bis So **26.09.2010**, 16:00 Uhr  
**Schrammenhoff**, 41169 Mönchengladbach
- Do **04.11.2010**, 9:00 Uhr bis So **07.11.2010**, 16:00 Uhr  
**Jochenshof**, 27308 Kirchlinteln bei Verden

**Seminar-Gebühr:** für **4 Seminar-Tage** inkl. EQ-Test und Einzel-Coaching € **1.200,-** zzgl. MwSt.

### EQ1.4: Mit Empathie zu mehr Verständnis

- Do **18.11.2010**, 09:00 Uhr bis So **21.11.2010**, 16:00 Uhr  
**Schrammenhoff**, 41169 Mönchengladbach  
**Seminar-Gebühr:** **4 Seminar-Tage** inkl. Einzel-Coaching € **1.200,-** zzgl. MwSt.

### EQ2: Der Weg zur authentischen Führungskraft

- Mi **01.12.2010**, 18:00 Uhr bis So **05.12.2010**, 16:00 Uhr  
**Schrammenhoff**, 41169 Mönchengladbach  
**Seminar-Gebühr:** **4 Seminar-Tage + Vorabendseinheit** inkl. Einzel-Coaching € **1.280,-** zzgl. MwSt.

Bei Anmeldung und Zahlung bis jeweils 12 Wochen vor Seminarbeginn erhalten Sie eine Gutschrift von € **60,-**.  
Bei gleichzeitiger Buchung von EQ1 und EQ2 zahlen Sie € **2.250,-**. Bei Buchung aller 3 EQ-Trainings nur € **3.300,-** zzgl. MwSt.



## Seminarhäuser

Der **Jochenshof** bei Verden ist für seine gute Küche bekannt. In dem separaten Seminarhaus findet die Gruppe Ruhe für ein konzentriertes Arbeiten.  
Tagungspauschale/VP im EZ € **115,-**  
**EQ 1: 02. – 05. Mai 2010**  
**EQ 1: 04. – 07. November 2010**



Das **Rössle** in Rechenberg zählt zu den anspruchsvollen Seminarhotels in Süddeutschland. Der Pavillon bietet den Rahmen für engagierte Selbsterfahrung.  
Tagungspauschale/VP im EZ ca. € **135,-**  
**EQ 1: 17. – 20. Juni 2010**



Der **Schrammenhoff** Mönchengladbach bietet einen rustikalen Rahmen zur kreativen Klausur. Im Seminarraum von 90 qm und im Innenhof sind wir ungestört.  
Tagungspauschale/VP im EZ ca. € **140,-**  
**EQ 1: 11. – 14. März 2010**  
**EQ 1: 23. – 26. September 2010**  
**EQ 1.4: 18. – 21. November 2010**  
**EQ 2: 01. – 05. Dezember 2010**

**Privatpersonen** haben die Chance, über unseren Spendenfond **PrivateSupport** einen Nachlass auf die Seminargebühr zu beantragen.



Dipl.-Psych. **Paula C. Bemann**. Studium der Psychologie in Leipzig und Osnabrück. Seit '98 als Personal- und Unternehmensberaterin im Bereich Führungskräfteentwicklung. Zweijährige Trainerausbildung in körperorientierter Selbsterfahrung, Weiterbildung in Systemischer OE und verschiedenen Methoden der Humanistischen Psychologie.



**Info und Anmeldung:**  
Institut CIT  
Butlandskamp 8  
28357 Bremen  
Fon: 0421-200 74-60  
Fax: 0421-200 74-64  
info@cit-consult.de  
www.cit-consult.de

## Emotionale Intelligenz

- EQ1: **Mit Gefühl zu mehr Erfolg**
- EQ1.4: **Mit Empathie zu mehr Verständnis**
- EQ2: **Der Weg zur authentischen Führungskraft**



„Vertrauen ist eine Oase im Herzen,  
die von der Karawane des Denkens nie  
erreicht wird.“ Khalil Gibran



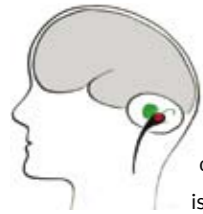
## Mit Gefühl zu mehr Erfolg



## Mit Empathie zu mehr Verständnis

## Der Weg zur authentischen Führungskraft

### Emotionale Intelligenz



Die aktuelle Gehirnforschung belegt, dass die Emotionen unser Leben viel häufiger dominieren, als unserem Verstand das lieb ist. Die Mehrzahl unserer Handlungen und

Entscheidungen erfolgen aufgrund bisheriger Erfahrungen, ohne dass unser Bewusstsein davon erfährt. Der große Nachteil dabei: **Negative Erlebnisse, Niederlagen und Traumata stehen einer logischen Einsicht und einer konstruktiven Verhaltensänderung im Weg**, solange wir diese nicht durch positive Erfahrungen und Erfolge verarbeitet haben.

Die Bedeutung der **Emotionalen Intelligenz** wird damit nicht nur **wissenschaftlich bestätigt**, sie wird zur bedeutendsten Fähigkeit, die eigenen Verhaltensmuster zu erkennen und zu lernen, mit sich und seinen Mitmenschen vernünftig umzugehen. Vorträge, Diskussionen und logische Einsicht helfen dabei leider wenig. Um destruktive oder störende Einstellungen zu besiegen, müssen wir uns neu erleben und dem eigenen Charakter emotional begegnen.

Die EQ-Trainings bieten den Rahmen, positive Erfahrungen zu machen, destruktive Verhaltensmuster zu hinterfragen und überholte Einstellungen zu revidieren. **Nachhaltigkeit ist** hier keine Phrase, sondern **Methode**. Wachstum beginnt mit der Entwicklung von Persönlichkeit.

EQ1: 5 Termine von März bis November 2010

Wer in beruflicher Verantwortung steht, braucht Gespür für das zwischenmenschliche Miteinander, um erfolgreich handeln zu können. Führung beginnt also mit der Fähigkeit, mit den eigenen Gefühlen und den Gefühlen anderer konstruktiv umzugehen. **Selbstbewusstsein, Stressresistenz, Frustrationstoleranz, Einfühlungsvermögen und Sozialkompetenz** entscheiden über die Entwicklungschancen von Menschen, Beziehungen und Unternehmen.

Während dieses Trainings erleben die Teilnehmer ihre individuellen Stärken und entwickeln ungenutzte Potentiale im Umgang mit sich selbst und anderen. In vielseitigen erlebnisorientierten Übungen werden berufliche Konflikte neu erlebt, deren Ursachen analysiert und Handlungsalternativen erarbeitet.

#### Seminarziele und Inhalte:

- Gefühle wahrnehmen, akzeptieren und relativieren
- Steigerung von Selbstmotivation und Lebenslust
- Stresstoleranz und Gelassenheit entwickeln
- Stärkung von Offenheit und Toleranz
- Entwicklung von Kommunikations- und Teamfähigkeit
- Stärkung von Selbstbewusstheit und Persönlichkeit

**Zielgruppe:** Alle, die sich und andere besser führen wollen, Leistungsträger, Führungskräfte, Führungsnachwuchs, 6 – 8 Personen.

**Trainer:** Michael Blochberger, Paula Bemann oder Assistentin



EQ1.4: 18. – 21. November 2010

Die Fähigkeit zur Einfühlung in die Bedürfnisse und Beweggründe anderer Menschen ist Voraussetzung, eine tragfähige Arbeits- oder Kunden-Beziehung aufzubauen. Mit dem Aufstieg auf der Karriereleiter wächst die Bedeutung der Empathie für Ihren beruflichen Erfolg, weil Ihr Aufgabenspektrum vermehrt aus „konfliktgeneigten Tätigkeiten“ besteht.

In diesem Seminar vertiefen Sie Ihre Fähigkeiten, Ihrem Gegenüber zuzuhören, sich in die Sichtweise anderer Menschen einzufühlen und deren Antrieb für ihre Handlungen zu verstehen. In erlebnisorientierten Übungen schärfen Sie Ihre Wahrnehmung in Bezug auf Ihre eigene Körpersprache und die Ihrer Mitmenschen. Sie lernen, typische Wahrnehmungs- und Beurteilungsfehler zu vermeiden und Konflikteskalationen vorzubeugen.



#### Seminarziele und Inhalte:

- Sensibilität und Einfühlungsvermögen stärken
- Achtsamkeit und Wertschätzung
- Missverständnisse und Vorurteile erkennen und auflösen
- Neugier, Menschlichkeit und Toleranz entwickeln
- Entwicklung von Hilfsbereitschaft und Liebesfähigkeit
- Werte und Charakterprofile erkennen

**Zielgruppe:** Alle, die Missverständnisse und Konflikt-Ursachen erkennen und beheben wollen, Führungskräfte, 6 – 8 Personen

**Trainer:** Michael Blochberger und Paula Bemann

EQ2: 01. – 05. Dezember 2010

Führungskraft entsteht aus der Verbindung von Handlungs- und Sozialkompetenz. Erst wenn es der Führungskraft gelingt, die zwangsläufigen Konflikte zwischen den Ansprüchen der eigenen Position und den Bedürfnissen der Mitarbeiter souverän und glaubhaft zu lösen, wächst sie zur authentischen Führungspersönlichkeit. Differenzierte Aufgaben und individuelle Mitarbeitercharaktere erfordern dabei variable Führungsstile.

**Kritik- und Konfliktfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit, Selbstsicherheit und Authentizität** sind Voraussetzung, um situativ, aber reflektiert auf die vielseitigen Anforderungen zu reagieren. Durch Präsentation, Selbstreflexion, Feedback und gruppendynamische Rollenspiele erfahren und relativieren die Teilnehmer ihre eigene Persönlichkeit, erweitern ihr Repertoire an Führungsverhalten und revidieren erfolgskritische Verhaltensmuster, um zur authentischen Führungspersönlichkeit zu reifen.



#### Seminarziele und Inhalte:

- Kritik- und Konfliktfähigkeit entwickeln
- Team- und Konsensfähigkeit stärken
- Mitarbeiter fördern und coachen
- Begeisterungsfähigkeit und Überzeugungskraft stärken
- Führungs- und Persönlichkeitsprofile erkennen und erweitern
- Selbstbewusstheit und Authentizität entwickeln

**Zielgruppe:** Führungskräfte, Führungsnachwuchs, 6 – 8 Personen.

**Trainer:** Michael Blochberger und Paula Bemann