

# Die Balance des Führens



Der **Schrammenhoff** in Mönchengladbach bietet einen rustikalen Rahmen zur kreativen Klausur. Ein Seminarraum von 90 qm und der idyllische Innenhof stehen uns zur Verfügung. Tagungspaus./VP im EZ € 160,-.



Dipl.-Ing. **Michael Blochberger**. Studium Kommunikations-Design. Seit '77 Unternehmer und Geschäftsführer. Dreijährige Trainerausbildung in körperorientierter Selbsterfahrung, Fortbildung in Gruppendynamik, Rhetorik, NLP sowie verschiedenen Methoden der Humanistischen Psychologie. Seit 1997 engagierter Trainer, Berater und Coach.



Offene Seminare 2010



Termine FK5: 07.-09.05.2010 / 31.10.-02.11.2010

Führungskraft entsteht aus dem Zusammenwirken von Handlungs- und Sozialkompetenz. Beides zeigt sich in der Fähigkeit, für alle spürbar die Führungsrolle anzunehmen und zu vertreten und gleichzeitig situativ auf die Charaktere aller Mitarbeiter sozial kompetent, flexibel und zielführend einzugehen.



In der Arbeit mit dem Pferd wird Ihnen Ihr Führungsverhalten direkt und unverblümt gespiegelt. Sie lernen, Sprache und Körpersprache in Kongruenz zu bringen, stärken Ausstrahlungskraft und Präsenz und finden die Balance zwischen Respekt und Vertrauen, Empathie

und Durchsetzungskraft. Das Pferd hilft Ihnen, Selbstwert und Persönlichkeit zu stärken und zur glaubwürdigen Führungskraft zu reifen.

## Seminarziele und Inhalte:

- Persönliche Führungspotentiale erleben und entwickeln
- Entschlossenheit und Klarheit im körperlichen Ausdruck
- Ausstrahlung und Präsenz als Ausdruck von Führung
- Kontakt, Vertrauen und Verbundenheit als Führungskompetenzen
- Beständigkeit und Werte zum Schutz der Gemeinschaft
- Verantwortungsbewusstsein und Besonnenheit
- Konfliktfähigkeit und Durchsetzungsvermögen
- Gelassenheit und Selbstsicherheit
- Kongruenz, Authentizität und Persönlichkeit
- Situativer Einsatz unterschiedlicher Führungsstile



**FK1:** So 28.02.10, 18 h - Di 02.03.10, 17 h  
So 26.09.10, 18 h - Di 28.09.10, 17 h  
**FK2:** So 25.04.10, 18 h - Di 27.04.10, 17 h  
So 24.10.10, 18 h - Di 26.10.10, 17 h  
**FK3:** So 06.06.10, 18 h - Di 08.06.10, 17 h  
So 05.12.10, 18 h - Di 07.12.10, 17 h  
**FK4:** Fr 05.02.10, 18 h - So 07.02.10, 17 h  
So 05.09.10, 18 h - Di 07.09.10, 17 h

**Gut Landliebe** ist ein gemütlicher Reiterhof in der Südheide. Kurze Wege zwischen Reithalle, Seminarraum und Restaurant machen ein intensives und konzentriertes Arbeiten möglich. Tagungspausch./VP im EZ ca. € 120,-

**FK5:** Fr 07.05.10, 18 h - So 09.05.10, 17 h  
So 31.10.10, 18 h - Di 02.11.10, 17 h

**Zielgruppe:** Alle, die Verantwortung tragen, Team-, Projektleiter, Führungsnachwuchs

**Trainer:** Michael Blochberger (FK1 - FK3), Rudolf Knauer (FK4) und Ina Temp (FK5)

## Seminar-Gebühren:

**FK1 - FK4:** € 680,- inklusive Einzel-Coaching  
**FK5:** € 790,- inklusive Einzel-Coaching  
Bei Anmeldung und Zahlung bis 12 Wochen vor Seminarbeginn erhalten Sie eine Gutschrift von € 30,- (alle Gebühren zzgl. MwSt.)  
Bei gleichzeitiger Buchung aller 5 Termine zahlen Sie nur € 3.200,- zzgl. MwSt.



Dipl.-Ing. **Rudolf Knauer**, MBA für systemische OE und Beratung. Studium Holztechnik, bis 2005 Division Manager Italien (Consulting und HR). Seit 2006 selbständiger Unternehmensberater und Coach. Ausbildung in Führungstechnik, Projekt- und Zeitmanagement, Weiterbildung in verschiedenen Methoden der Humanistischen Psychologie.



**Ina Temp**, Betriebswirtin IHK, Kauffrau für Außenwirtschaft IHK. 18 Jahre als Fach- und Führungskraft in mittelständischen Unternehmen tätig. Fortbildung in den Bereichen Teamführung, Management, Kommunikation und NLP. 30-jährige Erfahrung mit Pferden, seit 2008 Seminarleiterin für Führungstrainings mit Pferd.



**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

## Führungs-Kompetenz

- FK1: Flexibilität und Belastbarkeit stärken
- FK2: In Verantwortung delegieren
- FK3: Kommunikation in Konflikten
- FK4: Mit Begeisterung Menschen bewegen
- FK5: Die Balance des Führens

# Flexibilität und Belastbarkeit stärken



Termine FK1: 28.02.-02.03.2010 / 26.-28.09.2010

Geistige Flexibilität, seelische Stabilität und Gesundheitsbewusstsein sind die Basis für ein erfolgreiches und erfüllendes Berufsleben. Ein ganzheitliches Stressmanagement ist deshalb Voraussetzung für die Entwicklung von Leistungsfähigkeit und Führungskompetenz.

Sie diagnostizieren Ihre Verhaltensmuster und lernen anhand vieler praktischer Übungen, Stresssituationen sicher zu bewältigen. Sie optimieren Ihre Einstellungen zu Belastungssituationen und korrigieren bisherige destruktive Reaktionsmuster, um Ihre psychische und emotionale Widerstandskraft nachhaltig zu stärken. Sie steigern Ihre Leistungsfähigkeit in akuten und chronischen Belastungssituationen und entdecken die Freude an besonderen Herausforderungen, ohne Ihre Gesundheit zu gefährden.



Sie steigern Ihre Leistungsfähigkeit in akuten und chronischen Belastungssituationen und entdecken die Freude an besonderen Herausforderungen, ohne Ihre Gesundheit zu gefährden.

## Seminarziele und Inhalte:

- Theorie und Praxis des Stressmanagements
- Die Balance zwischen Belastung und Erholung
- Die Macht stressverschärfender Gedanken
- Individuelle Strategien gegen Angst und andere Energiefresser
- Sinn, Werte und andere Motivationsfaktoren
- Re-aktives und pro-aktives Verhalten, die Macht des freien Willens
- Entscheidungshilfen in Konflikten und Krisen
- Typenspezifische Atem- und Entspannungstechniken
- Selbstwert und Selbstvertrauen in Belastungssituationen
- Aufarbeitung persönlicher Niederlagen

# In Verantwortung delegieren

Termine FK2: 25.-27.04.2010 / 24.-26.10.2010

Verantwortungsbewusstes Delegieren schafft eine motivierende Atmosphäre, erlaubt Ihnen, sich auf Ihre Kernkompetenzen und die strategische Aufgaben zu konzentrieren und fördert Ihre Mitarbeiter durch mehr Kompetenz- und Handlungsverantwortung. Sie fördern die Eigeninitiative, das Selbstbewusstsein und die Arbeitszufriedenheit Ihrer Mitarbeiter.

In zahlreichen praxisnahen Übungen erarbeiten Sie Ihre persönliche Balance zwischen Planen und Entscheiden, Kommunikation und Verantwortung, Vertrauen und Kontrolle. Sie lernen, die Kompetenzen Ihrer Mitarbeiter einzuschätzen, sie entsprechend ihrer Stärke einzusetzen und Ihr persönliches Vertrauen in deren Fähigkeiten weiter zu entwickeln, ohne die Fäden aus der Hand zu geben,

## Seminarziele und Inhalte:

- Aufgaben- und Verantwortungsbereiche sondieren
- Mitarbeiterpotentiale, -talente und -fähigkeiten erkennen
- Arbeiten mit Projektplanungsmedien und -techniken
- Motivation, Unterstützung und Entwicklung von Mitarbeitern
- Planen, Entscheiden, Verantworten
- Die Balance zwischen Vertrauen und Kontrolle
- Kommunikationstechniken (aktives Zuhören, Ich-Botschaften)
- Win-Win-Strategie und Beziehungskonto
- Hinderungsgründe für das Delegieren
- Das eigene Vertrauen in die Mitarbeiter entwickeln und stärken



# Kommunikation in Konflikten



Termine FK3: 06.-08.06.2010 / 05.-07.12.2010

Konflikte und Streitigkeiten mit Kunden, Mitarbeitern und Vorgesetzten gehören zum beruflichen Alltag. Im Rahmen solcher Auseinandersetzungen fällt es oft schwer, die Emotionen zu zügeln, die richtigen Worte zu finden, konstruktiv zu bleiben und die eigene Position souverän zu vertreten.

In Rollenspielen und praktischen Übungen trainieren Sie, in kritischen Situationen die Ruhe zu bewahren, auf Provokationen gelassen zu reagieren, situativ die passende Antwort zu geben und Konflikte zu lösen bzw. zu vermeiden, ohne die eigenen Bedürfnisse zu vernachlässigen. In Anlehnung an die "Gewaltfreie Kommunikation" nach Marshall Rosenberg lernen Sie, Ihr Gegenüber nicht als Gegner, sondern als Gesprächspartner anzunehmen und zu verstehen.

## Seminarziele und Inhalte:

- Erweiterung und Ergänzung des kommunikativen Werkzeugkastens
- Spontanität und Schlagfertigkeit in Konfliktsituationen
- Interventionstechniken beherrschen und zielbewusst einsetzen
- Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg
- Die eigenen Gefühle und Bedürfnisse wahrnehmen und ausdrücken
- Trennen von Beobachten und Bewerten
- Hoch- und Tiefstatus als Konfliktursachen, Win-Win-Strategie
- Einsatz und Wirkung von Gestik, Mimik und Körpersprache
- Komik, Witz und Humor als Mittel der Konfliktdeeskalation
- Selbstwert und Selbstvertrauen in Konfliktsituationen
- Wertebewusstsein und emotionale Balance

# Mit Begeisterung Menschen bewegen

Termin FK4: 05.-07.02.2010 / 05.-07.09.2010

Überzeugungskraft entsteht nicht aus der Qualität der Argumente, sondern vorrangig aus der emotionalen Ausdrucksfähigkeit der Führungskraft. Wer andere Menschen bewegen will, muss seine eigene Begeisterung zum Ausdruck bringen können. Authentizität und Glaubwürdigkeit entwickeln sich aus dem Bewusstsein einer Persönlichkeit und seinem Willen, sich für ein Ziel zu engagieren.

In Rollenspielen und Präsentationen üben Sie, sich auf wichtige Auftritte mental und strategisch vorzubereiten, diese engagiert zu führen und zu einem überzeugenden Abschluss zu bringen. Sie lernen, sich emotional zu öffnen, phrasenhafte Rhetorik zu vermeiden und sich in Ihrer ganzen Persönlichkeit eindrucksvoll zu zeigen.



## Seminarziele und Inhalte:

- Analyse verbaler und nonverbaler Rhetorik (VAKOG, SCORE, BAGLE)
- Rhetorische Mittel der Argumentation und Überzeugung
- Kongruenz und Authentizität durch Gestik, Mimik, Körpersprache
- Werte, Glaubenssätze und Überzeugungskraft (Logische Ebenen)
- Bedeutung von Emotionalität in der Kommunikation
- Menschen ansprechen und Resonanz erzeugen
- Hemmungen und Ängste erkennen und überwinden
- Den persönlichen Ausdruck entwickeln und einsetzen
- Strategische Vorbereitung auf Vorträge und Präsentationen
- Spontanität und Schlagfertigkeit in Präsentationen