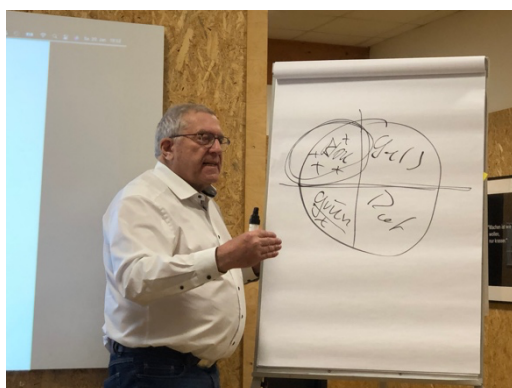


Workshopreihe:

Vom Problem zur Chance zum Ergebnis.

Ganzheitliche Entwicklung, tatsächliches Verstehen, Offenheit und Humor.

Die Workshopreihe bietet eine umfassende und praxisorientierte Weiterbildung in den Bereichen Kommunikation, Führung, Kooperation, Kreativität und Veränderungsmanagement. Es gilt das Berufs- und Privatleben in Einklang zu bringen.



Ihr Ansprechpartner:

Bernhard Ch. Klenk

SKS Akademie für Mensch-Sein
und Entwicklung

E-Mail: berater@sks-ameise.de

Telefon: 0151 55662421

Internet: <https://sks-ameise.de>

Bestandteile der Workshopreihe:

Block 1: „Selbstführung und persönliche Entwicklung“	2
Block 2: „Kommunikation: Von der Theorie zur Praxis“	2
Block 3: „Konfliktmanagement: Strategien für den konstruktiven Dialog“	3
Block 4: „Kooperation und Zusammenarbeit: Synergien schaffen“	3
Block 5: „Führungskompetenzen entwickeln“	4
Block 6: „Kreativitätstechniken: Innovation durch neue Denkanstöße“	4
Block 7: „Zeitmanagement und Prioritäten setzen“	5
Block 8: „Humor, Empathie und emotionale Intelligenz“	5
Block 9: „Veränderungsmanagement: Den Wandel gestalten“	6
Block 10: „Wie gewinne und behalte ich langfristig Kunden, Lieferanten, Personal und Reputation?“ ..	6
Block 11: „Das Ehrenamt“	7
Block 12: „Unser Wertesystem - Prioritäten setzen“	7
Block 13: „Gesundheitsmotor Humor“	8

Block 1: „Selbstführung und persönliche Entwicklung“

Beschreibung: In diesem Block erfahren die Teilnehmer, dass Stärken und Schwächen zum Leben dazugehören und dass jede Schwäche zugleich auch Stärke ist. Umgekehrt ebenso.



Bild: Tereza Flachová from Pixabay

Inhalte:

- Grundlagen der Selbstreflexion und Selbstmotivation: Wer bin ich? Wer bist Du? Wer sind Wir?
- Das Energie-und Strategiemodell Energo-kybernetische Strategie (EKS).
- Was zählt und bewegt? Ziele oder Bedürfnisse?
- Authentizität versus Mainstream und Meinungsmache.

Block 2: „Kommunikation: Von der Theorie zur Praxis“

Beschreibung: Dieser Block bietet den Teilnehmern eine Einführung in die verschiedenen Aspekte der Kommunikation, von verbalen bis nonverbalen Techniken. Ziel ist es, das eigene Kommunikationsverhalten zu verbessern und Missverständnisse zu minimieren.



Bild: eigenes Foto

Inhalte:

- Grundlagen der Kommunikationspsychologie.
- Aktive Zuhörtechniken und nonverbale Kommunikation.
- Verstehen lernen ist mühsam, aber toll!
- Kommunikationsbarrieren erkennen und überwinden.
- Sei frei. Sag was Du denkst. Handle wie du sprichst.

Block 3: „Konfliktmanagement: Strategien für den konstruktiven Dialog“

Beschreibung: Die Teilnehmer lernen, wie sie Befindlichkeiten, Emotionen und Konflikte erkennen und gezielt angehen können. Sie erfahren, dass in jedem Problem eine Chance liegt. Sie können im Ergebnis angstfrei und vorbehaltlos Problemen auf den Grund gehen und machen die Erfahrung, dass das Freiheit schafft.



Bild von [PublicDomainPictures](#) auf [Pixabay](#)

Inhalte:

- Antonyme: Aggression ist Lebenselexier. Liebe ebenso.
- Versteckte Aggression macht krank. Warum?
- Deeskalation durch Stärke. Was ist Stärke?
- Lösungsorientierte Kommunikation in Konfliktsituationen

Block 4: „Kooperation und Zusammenarbeit: Synergien schaffen“

Beschreibung: Dieser Block fokussiert auf die Grundelemente von Zusammenarbeit. Es wird aufgezeigt, wie Menschen ihre Stärken bündeln können, durch emotionale Offenheit, um gemeinsam effektiver zu arbeiten.



Bild: eigenes Foto

Inhalte:

- Erfolgreiche Kooperationsdynamik. Kooperation oder Teamwork?
- Konflikte innerhalb von Gruppen erkennen und damit umgehen.
- Selbstwahrnehmung trainieren. Was hindert uns daran, Konflikte auch positiv zu erleben? Welche Rolle kann hier der Humor übernehmen?
- Emotion als Stärke und Schwäche zugleich.

Block 5: „Führungskompetenzen entwickeln

Beschreibung: In diesem Block wird der Wandel der Gesellschaft, der Persönlichkeiten im Zeitalter der Anonymität und Sprachlosigkeit beleuchtet. Die Teilnehmer erkennen, was Anonymität verursacht, und wie hungrig und zugleich angstbesessen die moderne Gesellschaft nach Märchen, Geschichten, Glaubwürdigkeit und Bodenständigkeit ist.



Bild von Karolina Grabowska auf Pixabay

Inhalte:

- Anforderung an Führung abseits von Modeerscheinungen
- Digitales Mensch Sein in der Anonymität versus Mut zur Persönlichkeit?
- Was bringt uns die gesellschaftliche Transformation, wie gehen wir damit um? Wollen wir maximalen Mainstream? Oder stehen wir zum Mensch-Sein?
- Elternschaft. Freundschaft. Kameradschaft. Seilschaft. Liebschaft. Knechtschaft. Wo finden wir uns wieder?

Block 6: „Kreativitätstechniken: Innovation durch neue Denkanstöße“

Beschreibung: Die Teilnehmer lernen, wie sie ihre kreativen Blockaden auflösen, indem sie in den Spiegel schauen, um frei zu werden.



Bild: eigenes Foto

Inhalte:

- Kreativitätsblockaden erkennen und überwinden.
- Methoden zur Ideengenerierung (Brainstorming, Wertanalyse etc. - Ohne Basiswissen weder Kreativität noch Innovation.

Block 7: „Zeitmanagement und Prioritäten setzen“

Beschreibung: Der Block bietet pragmatische, direkte Ansagen, um die eigene Zeit besser zu nutzen, Prioritäten zu setzen und Stress zu minimieren. Teilnehmer lernen, wie sie ihre täglichen Aufgaben effizient und mit Sinn und Freude angehen. Oder eben sein lassen.



Bild: Gerd Altmann from Pixabay

Inhalte:

- Zeitplanung. Zeit, ein unersetzliches Gut.
- Effektive Aufgaben- und Projektplanung. Doppelte Vorbereitungszeit, halbe Ausführungszeit.
- Stressbewältigung im Arbeitsalltag. Eustress oder Dystress, beides stresst.

Block 8: „Humor, Empathie und emotionale Intelligenz“

Beschreibung: In diesem Block wird die Bedeutung der emotionalen Intelligenz für persönliche und berufliche Beziehungen vermittelt. Die Teilnehmer lernen, wie sie durch empathische Kommunikation und Selbstregulation ihre zwischenmenschlichen Fähigkeiten stärken können.



Bild: eigenes Foto

Inhalte:

- Verständnis und Förderung von Humor als Grundlage emotionaler Intelligenz.
- Humorvolle, Kommunikation und ihre Bedeutung im Berufsalltag.
- Emotionale Selbstregulation in schwierigen Situationen.

Block 9: „Veränderungsmanagement: Den Wandel gestalten“

Beschreibung: Dieser Block konzentriert sich auf das Thema Veränderung und wie man Wandel in Organisationen erfolgreich umsetzt. Die Teilnehmer lernen, wie sie Veränderungsprozesse einleiten und sich selbst, wie auch andere Menschen durch verschiedene Phasen des Wandels begleiten können.



Inhalte:

- Theorien und Modelle des Veränderungsmanagements.
- Umgang mit Widerständen und Ängsten bei Veränderungen.
- Erfolgreiche Veränderungsprozesse in Unternehmen gestalten.
- Wie Sprachbeobachtung und Wahrnehmung uns helfen, moderne Chimären zu erkennen..

Block 10: “Wie gewinne und behalte ich langfristig Kunden, Lieferanten, Personal und Reputation?”

Beschreibung: Die Teilnehmer finden Vorbilder und erfahren Geschichten zur langfristigen Kunden-, Personal- und Lieferantenbindung als Grundlage um ihre eigenen Geschichten zu formulieren und zu beschreiben. Beachtung schafft Werte, das ist ein Grundsatz für innere Freude und äußeres Ergebnis.



Inhalt:

- Das Bürgermeistermodell.
- Die Energo-kybernetische Strategie (EKS) als Methode der Systemsteuerung.
- Was ist Verkauf? Was ist Einkauf?
- Das AIDA-Modell zur Optimierung von Verkaufsprozessen.
- Wie funktioniert es, einer Leistung Wert zu geben?
- Geschichten, die das Leben schreibt...

Block 11: „Das Ehrenamt“

Beschreibung: Unsere Gesellschaft ist in wesentlichen Teilen auf dem Ehrenamt aufgebaut. Dieses unterliegt jedoch auch einem drastischen Wandel. Es wird vermittelt, wie ehrenamtliches Engagement wieder erfolgreich organisiert und gestaltet werden kann. Dieser Block ist auch im Vergleich mit den Blöcken 1-10 interessant, weil auch hier Klarheit, Pragmatismus ungeniert diskutiert werden.



Bild: Gerd Altmann from Pixabay

Inhalt:

- Soziales Engagement.
- Non Profit - gibt es das? Wo beginnt und endet der Eigennutz?
- Wie kann Ehrenamt motivierend, erfolgreich und dauerhaft organisiert werden?
- Typologie und Gruppendynamik der Ehrenamtlichen.

Block 12: „Unser Wertesystem - Prioritäten setzen“

Beschreibung: Im offenen, ungeschminkten Kontext werden Wertesysteme betrachtet. Idealerweise bekennen wir uns, als Narrativ des eigenen Lebens, zu einem wie auch immer aussehenden Wertesystem. Jedes System hat Stärken und Schwächen. Wie findet man zu einem passenden Gleichgewicht?



Bild: eigenes Foto

Inhalt:

- Nach welchen Prioritäten richten wir uns aus? Geld oder Liebe? Geld und Liebe? Shareholder Value oder barmherziger Samariter?
- Welche Prioritäten sind bedeutend in unserem Leben, in der Erziehung unserer Kinder, im beruflichen Alltag?

Block 13: „Gesundheitsmotor Humor“

Beschreibung: Humor als eine grundlegende Lebenseinstellung spielt eine wichtige Rolle für unsere Gesundheit. Humor ist eine zutiefst menschliche Eigenschaft, die uns hilft, mit unseren eigenen Unzulänglichkeiten liebevoll umzugehen, negative Emotionen zu regulieren, die Beschwerden des Lebens aus Distanz zu sehen, die eigenen Lebensumstände so zu deuten, dass auch im Schwierigen und Schlechten das Gute erfahrbar wird, die zwischenmenschliche Kommunikation zu verbessern und Konflikte zu entschärfen sowie einen Perspektivenwechsel und eine Neubewertung zu wagen oder einfach einmal befreit zu lachen.



Bild: eigenes Foto

Inhalt:

- Der will nur spielen - Humor: wer oder was ist das eigentlich?
- Das wäre ja gelacht - Humor: was tut der eigentlich? Und vor allem, was tut er mit meiner Gesundheit?
- Suchet, und Ihr werdet finden - Sie erfahren, wie sie Ihren eigenen Humorstil finden.
- Ach guck! - Sie erhalten auf der Grundlage des Humortrainings nach McGhee Tipps, wie Sie mehr Humor in Ihren Alltag hineinbekommen.