



nützliche Trainingsimpulse[®]

by Olesen Kommunikation

Heute.



Die aktuelle Zeit macht es immer deutlicher wie sich unsere Arbeitswelt ständig und durchaus auch rasant verändert. Dieses beinhaltet neben flexiblen Arbeitszeiten - aktuell auch immer mehr die Integration der Arbeitszeit in den Lebensalltag (z.B. Homeoffice). Diese Flexibilität gilt es nun auch nützlich und nachhaltig in Lern- und Trainingskonzepte zu übertragen. Durch unsere über 20-jährige Erfahrung im Bereich Training und Coaching (off- und online) haben wir nun unser virtuelles Angebot der nützlichen **Trainingsimpulse**[®] für unsere Firmenkunden entwickelt.

Unsere nützlichen **Trainingsimpulse**[®] (Dauer 2 Stunden) bieten einen gelungenen Wechsel aus Praxis und Theorie. Die klaren Lerninhalte werden in praktischen Übungen erfahrbar gemacht, in der Gruppe reflektiert und nutzbar gemacht und anschließend um fundierte Erkenntnisse und praktische Inhalte erweitert. So wird ein möglichst großer TransfERNutzen für die Teilnehmer erreicht. Ziel bleibt es stets, den einzelnen Teilnehmer in seiner Persönlichkeit zu fördern und Entwicklung hin zu authentischem, kongruentem Verhalten zu ermöglichen. Dabei dienen die nützlichen **Trainingsimpulse**[®] auch als Gedankengeber, Gedankenauffrischer oder Initiator für persönliches Wachstum.

Heute.



Aufgrund unserer langjährigen Erfahrung sind wir überzeugt davon, dass dieses Angebot Ihnen und Ihren Mitarbeitern einen Mehrwert bietet und die zwei Stunden je Trainingsimpuls nutzbringend investiert sind. Dabei gilt:

- Immer bleibt sowohl die Zeit, die einzelnen Trainings- und Lerninhalte im Detail zu betrachten und zu üben, als auch den Überblick über den Gesamtkontext und das gesamte Unternehmen zu bewahren.
- Die maximale Teilnehmerzahl für unsere nützlichen **Trainingsimpulse**[®] liegt bei 12 Teilnehmern, um die individuelle Begleitung des Einzelnen zu gewährleisten und den gruppendynamischen Prozess angemessen begleiten zu können und vor allem die technischen Voraussetzungen optimal zu nutzen.
- Alle nützlichen **Trainingsimpulse**[®] können in deutscher oder englischer Sprache durchgeführt werden, inkl. Material.
- Sie wählen aus dem Pool von Themen und erstellen Ihren individuellen Trainingsplan – gerne gemeinsam mit uns.

Wir starten zum 01.10.2020 mit den folgenden Themenbereichen und Inhalten. Diese wurden speziell für Onlinetrainings aufbereitet und bereits erfolgreich getestet.

nützliche Trainingsimpulse[®]:



■ Kommunikation

- Eisberg-Modell
- Sender-Empfänger (1,2)
- 4 Seiten einer Nachricht
- Ebenen der Kommunikation
- Nonverbale Kommunikation (1,2,3)
- Sprachliche „No go´s“
- Ich und Du Botschaften
- Formulierungen in der Kommunikation:
10 wichtige Sätze und Fragen in der Kommunikation
- Zauberfragen
- Kommunikation auf Distanz (online)
- ...

■ Kommunikation in Präsentationen

- Sinnesspezifische Sprache
- Sortierstile
- Meta- und Milton Modell
- 5-Wolken-Modell
- Augenzugangshinweise
- ...

nützliche Trainingsimpulse[®]:



■ Führungskräfte

- *Ich als Vorbild*
- *Gesundes Führen (1,2,3)*
- *Wertschätzung*
- *Umgang mit Emotionen*
- *Führen und Folgen*
- *Führen auf Distanz*

■ Stress – Burnout - Entspannung

- *Stress/BurnOut-Theorie & Praxis*
- *„Entspannungs-Quickies“*
- *Stress: Erste Hilfe*
- *Zeitmanagement*
- *Sprache entstressen*
- *Resilienz*
- *...*

■ Beziehungsgestaltung

- *Beziehungsgestaltung Online bzw. auf Distanz*
- *Kontaktzyklus*
- *Bedürfnisorientierte Kommunikation (Gefühle / Bedürfnisse / Werte)*
- *Empathie-Schleife*
- *typische Beziehungsanfragen erkennen und antworten*
- *Plätze in der Beziehungskommunikation*
- *...*

nützliche Trainingsimpulse[®] :



■ **Persönlichkeit**

- *Werte*
- *Antreiber*
- *Ebenen der Persönlichkeit*
- *Psychologische Erste Hilfe (1,2,3)*
- *Persönlichkeitstypen*
- *Lohnt sich das wirklich für mich?*
- *Belbin® - Test*
- *...*

■ **Konflikte / Mediation**

- *Konflikt-Werte Baum*
- *Kritik wertschätzend äußern*
- *Umgang mit Emotionen (1,2)*
- *Worum geht es wirklich?*
- *Positive Absicht von ...*
- *4 Seiten – Selbstoffenbarung hören und senden*
- *Woran merke ich, dass Kommunikation überflüssig ist und ich aussteigen sollte und wie formuliere ich das?*
- *Eigene Konflikte anders angehen*
- *Mediationstraining Level A-C (1,2,3)*

nützliche Trainingsimpulse[®]:



■ **Supervision / Teamtraining**

- *Führungskräfte*
- *Mitarbeiter*
- *Teams*
- *...*

■ **Coaching**

- *neue Coachingformate*
- *Supervision*

Individuelle Kunden-Wunsch-Themen sind nach Rücksprache möglich, ebenso die gemeinsame Erstellung eines Trainingsplanes und inhaltliche Kurzdarstellung der einzelnen Themen.

Sie entscheiden welche Trainings und in welcher Reihenfolge Sie buchen möchten.

Die Liste wird laufend aktualisiert und ist ab dem 01.06.2021 auf www.olesen-kommunikation.de einsehbar.

Der Nutzen.



Wir können nur ahnen welchen Nutzen Sie im Speziellen aus unserem Angebot ziehen können, doch aufgrund unserer bisherigen Erfahrung wissen wir, dass

- Mitarbeiter motivierter nach einem unserer Impulstrainings sind.
- mit mehr Freude und Energie an den Trainings teilgenommen wird, da diese nützlicher in den Arbeitsalltag integriert werden können.
- es gut tut in kleineren Gruppen gezielte Themen zu bearbeiten und die Zugehörigkeit zu fühlen.
- die Teilnahme nach dem Lustprinzip die Mitarbeiter noch mehr motiviert - und gerade in der heutigen Zeit ist dieses wichtiger denn je!
- das „Jäger & Sammler Prinzip“ – einen weiteren Teil der Mitarbeiter in der Teilnahme bestätigt, denn jeder TeilnehmerIn bekommt für jedes Training eine Teilnahmebestätigung. Und es können auch weitere Benefits daran gekoppelt werden, z.B. einen Punkt pro Training und bei 10 Punkten gibt es eine „Belohnung“.
- diese Themen ideal auch für kleine Teamtrainings genutzt werden können und dadurch zu mehr Verständnis, Bewusstheit und Klarheit im Team beitragen.

Was ist Ihr Nutzen? Wir geben zu, dass wir neugierig sind diesen zu erfahren ;) und freuen uns auf den Austausch mit Ihnen.

Sie entscheiden.



- Welcher Mitarbeiterkreis welche Trainings besuchen kann.
- Welche Trainings zu welchem Zeitpunkt.
- Teilnahme nach dem Lustprinzip oder Sie geben Trainings vor.
- Welche Online-Plattform: Teams, Zoom, WebEx, MixUp World etc.
- Welche Sprache.
- Welche mögliche „Belohnung“ oder „Mehrwert“ Sie anbieten wollen.
- Uvm.

Gut zu wissen!



- Das Honorar wird pauschal je nützlichen Trainingsimpulse[®] berechnet und beträgt 375 Euro zzgl. MwSt. für das Training und Material etc.
- Die Rechnungsstellung erfolgt monatliche mit den durchgeführten Trainings. Sollten Sie einen nützlichen Trainingsimpulse[®] stornieren müssen, bitte ich um Mitteilung bis spätestens zehn Arbeitstage vor dem vereinbarten Durchführungstermin. Für kurzfristiger abgesagte Termine berechne ich ein Ausfallhonorar in Höhe der gesamten Trainingskosten.
- Dass das Seminarkonzept zu Ihrem Unternehmen und Ihren Zielen und Werten passt ist uns ebenso wichtig wie eine gute Zusammenarbeit mit Ihnen. Daher stehen wir Ihnen parallel zu den Personalentwicklungsmaßnahmen gerne für Gespräche zur Verfügung.

Und nun?



Ich freue mich auf Ihre Rückmeldung, Ihre Fragen und den Austausch zu unserem Angebot unserer entwickelten

nützlichen **Trainingsimpulse** [®]

Herzliche Grüße

Henning Olesen