

Information kompakt

Seminarleitung: Dr. Arne Schöler
Termin: Freitag, 18. Juni, 18.00 – 19.30 Uhr
Samstag, 19. Juni 2021, 10.00-15.45 Uhr inklusive Pausen

Ort: IndiTO, Estermannstr. 204, 53117 Bonn

Kosten: 120,00 €

Kurs-Nr.: 2113016

Anmeldung online möglich unter:
www.indito.de [Seminarprogramm]

Rücktrittsbedingungen und Stornokosten

Treten Sie bis 4 Wochen vor Seminarbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 20,00 Euro. Bei einem Rücktritt bis 2 Wochen vor Beginn werden 50% der Seminargebühren fällig, danach wird der Gesamtbetrag einbehalten/nachgefordert.

Bei Nichtteilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung.

Falls wir die Veranstaltung absagen müssen, geben wir Ihnen so früh wie möglich Bescheid und erstatten den Beitrag.

Wir über uns

IndiTO – Bildung, Training und Beratung

Wir gestalten Weiterbildung wirkungsvoll, lebensnah und praxisorientiert.

Unser Programm umfasst Seminare, Trainings, berufsbezogene Fortbildungen, Studienreisen und Exkursionen.

Zudem bieten wir Beratungsleistungen für Organisationen, für Teams und für Einzelpersonen an.

IndiTO ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung und zertifiziert durch den Gütesiegelverbund Weiterbildung.

Wenn Sie nähere Informationen zu unseren Angeboten wünschen, rufen Sie uns an, schreiben Sie uns oder besuchen Sie uns im Internet. Wir sind gerne für Sie da!

**„Ich im Konflikt –
nicht mehr in alte Fallen
tappen“**

Online - Seminar

18./19. Juni 2021



IndiTO
Estermannstraße 204
53117 Bonn
Telefon 0228 674 663
Fax 0228 680 400

www.indito.de
info@indito.de

Volksbank Bonn Rhein-Sieg
Konto 1 501 895 039
BLZ 380 601 86
IBAN DE87 3806 0186 1501 8950 39
BIC GENODED1BRS



Ich im Konflikt – nicht mehr in alte Fallen tappen

Ein Online-Seminar über den Umgang mit starken Gefühlsausbrüchen und eigenen Verhaltensmustern in Konfliktsituationen

In diesem Seminar lernen Sie das empathische Selbstcoaching kennen.

Sie erleben damit eine methodisch simple Form, um sich selbst dabei zu unterstützen, in eskalierten Situationen einen konstruktiven Umgang mit den eigenen (starken) Gefühlen zu finden und damit einer Lösung näher zu kommen.

Gleichzeitig kommen Sie ggf. in den Kontakt mit alten, als wenig hilfreich erfahrenen Verhaltensmustern: Zum Beispiel Wie-gelähmt-sein oder Zum-Gegenangriff-blasen. Sie hinterfragen diese Muster und machen erste Schritte zu deren Auflösung.

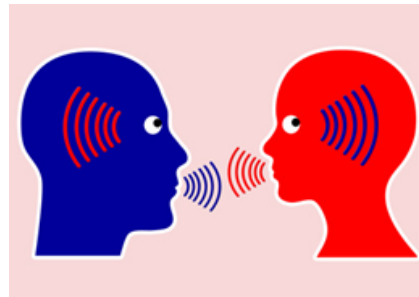
Daneben erleben Sie eine Haltung, die es Ihnen ermöglicht, mit den Gefühlen und Themen anderer hilfreich umzugehen und in guter Verbindung mit sich und anderen zu bleiben.

Unsere wichtigsten Hilfen hierbei sind die (Selbst-)Empathie in Anlehnung an Carl Rogers sowie Erfahrungen aus der Konfliktmediation. Daneben unterstützt uns der Begriff der Bedürfnisse (u. a. nach Marshall Rosenberg), der eine einfache und wirksame Selbstreflexion erlaubt.

Zielgruppe: Der Workshop richtet sich an alle, die sich konstruktiver streiten und nicht von den Handlungen anderer über-rumpeln lassen wollen. Er eignet sich sowohl für die private als auch für die berufliche Weiterbildung.

Hinweis: Das Online-Seminar ist ein praxisintensives Tagesseminar. Zur Vorbereitung erfolgt dazu am Vorabend von 18.00 bis 19.30 Uhr eine technische Einführung und Problemlösung kombiniert mit der Besprechung von theoretischen Unterlagen.

Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



weitere Informationen:

www.losloesung-coaching.de

Referent



Dr. Arne Schöler

Jg. 1967, Diplom-Biologe, Coach und Mediator

„Seit 2004 arbeite ich als freiberuflicher Organisationsentwickler an Hochschulen und habe dort ab 2007 Team-Trainings durchgeführt. Seit 2013 bin ich zudem als Coach tätig. Nach der Erprobung vieler Methoden liegt mein Interesse nun darin, Methoden-arm und unmittelbar an Themen und Konflikten mit den Teilnehmenden zu arbeiten. Ein empathischer Ansatz, der aus der Konfliktmediation und angelehnt an Carl Rogers und Marshall Rosenberg entstand, ist nach meiner Ansicht besonders hilfreich. Auf dem freien Weiterbildungsmarkt bin ich seit 2015 unterwegs mit Themen aus dem vielfältigen Bereich „Selbstmanagement“ für Einzelpersonen und Teams.“

Unsere Trainer*innen arbeiten teilnehmenden- und prozessorientiert, d.h. mit Beispielen der Teilnehmer*innen und bei Bedarf mit Themen, die während des Seminars entstehen.