

selfnesstraining® - Veränderungen als Chance wahrnehmen

## Balance und Sicherheit finden

Ständige Veränderungen werden in Unternehmen immer mehr zur Normalität. Diese Veränderungen können als Bedrohung oder als Chance zur persönlichen Weiterentwicklung wahrgenommen werden.

Um neue Herausforderungen erfolgreich bewältigen zu können, müssen wir uns damit auseinandersetzen, dass immer weniger Aufgaben (und auch Rollen) über einen längeren Zeitraum Bestand haben werden. Wollen wir einen konstruktiven und aktiven Umgang mit dem Wandel finden, ist es erforderlich, dass wir lernen mit Unsicherheit umzugehen und unsere Fähigkeit zu einer ständigen Offenheit und Lernbereitschaft (neu) entwickeln.

Dieses intensive Training setzt sich mit der persönlichen Seite von Veränderungsprozessen auseinander. Sie lernen die einzelnen Phasen, die jeder Veränderungsprozess mit sich bringt, kennen und erfahren, wie Sie den emotionalen Umgang mit Unsicherheit meistern und sich weiterentwickeln können.

### Themenschwerpunkte:

- Emotionale Phasen in Veränderungsprozessen kennen lernen und verstehen
- Einstellungen, Verhaltensmuster und Gefühle
  - Welche Einstellungen beeinflussen mein Verhalten?
  - Wie wirken sich diese auf mein Handeln aus?
  - Wie gehe ich mit Ängsten und Widerständen um?
- Persönliche Balance und Sicherheit mit unklaren Situationen finden
- Innere Akzeptanz aufbauen und Kräfte sparen
- Sinnvolle Rollen im Veränderungsprozess verstehen und nutzen



### Wir engagieren uns für:

Personen, die den emotionalen Umgang mit Veränderungen meistern und sich persönlich weiterentwickeln wollen.

Fax: 0 81 52 | 39 61 658

### Anmeldung:

selfnesstraining® - Veränderungen als Chance wahrnehmen  
Balance und Sicherheit finden

- 24.-25.11.11, Nürnberg       01.-02.03.12, Berlin  
 25.-26.01.12, München  
 28.-29.02.12, Stuttgart

Arbeitszeiten:      Teilnahmegebühr:  
 1. Tag von 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr      860,- Euro + MwSt.  
 2. Tag von 9.00 Uhr bis ca. 17.00 Uhr

Bitte die Anmeldung per Fax oder schriftlich an uns senden. Sie erhalten umgehend eine Bestätigung. Sollten keine Plätze mehr frei sein, informieren wir Sie sofort. Die Teilnahmegebühr ist nach Erhalt der Rechnung zu entrichten. In der Teilnahmegebühr enthalten sind Mittagessen, Erfrischungsgetränke, Pausensnacks und Dokumentation.

Wird die Anmeldung später als zwei Wochen vor Seminarbeginn storniert, werden 50%, bei Absagen innerhalb einer Woche vor Seminarbeginn 100% der Teilnahmegebühr berechnet. Bei Nichterscheinen bleibt die Verpflichtung zur Zahlung der vollen Teilnahmegebühr bestehen. Gerne akzeptieren wir ohne zusätzliche Kosten einen Ersatzteilnehmer.

business- & selfnessacademy e. K. - Verwaltung  
 Hauptstr. 38B, D-82229 Seefeld  
 Tel. 0 81 52 | 39 61 654, Fax 0 81 52 | 39 61 658  
 kontakt@busac.de | www.busac.de

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Position: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Branche: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ | Ort: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Anmeldebestätigung bitte an: \_\_\_\_\_

Rechnung bitte an: \_\_\_\_\_

