

Positiv kommunizieren und präsentieren: Ausstrahlung und Wirkung erzielen

Das praxisorientierte Seminar / Workshop bietet den Teilnehmern eine großartige Möglichkeit, im Sport bewährte und erfolgreich im Job angewendete Kommunikationsfertigkeiten zielgerichtet im Unternehmenskontext einzusetzen. Dabei ist es das Ziel, die positive und situationsgerechte Wirkung auf Kunden, Mitarbeiter, Kollegen, Vorgesetzte und andere Gesprächspartner zu verbessern. Mit Körpersprache selbstsicher und kompetent auftreten, mit Ruhe und Überzeugung reden, schwierige Situationen, konstruktiv, souverän und sachlich meistern.

Inhalte:

- Wie wirkt meine Persönlichkeit?
- Abbau von Hemmungen
- Der wichtige erste, verbindliche Eindruck
- Der nachhaltige finale Eindruck
- Spontaneität und Souveränität
- Körpersprache: Außenwirkung und Selbstwahrnehmung
- Worte, Gestik und Mimik
- Authentisch auftreten und wirken
- Umgang mit schwierigen Gesprächspartnern
- Mentale Techniken gegen Nervosität und Lampenfieber

Zielgruppe:

Mitarbeiter*innen, Führungskräfte und Vertriebsmitarbeiter, die Ergebnisse, Konzepte und Ideen eindrucksvoll und überzeugend vortragen wollen.

Methoden:

Trainerinput, Selbstreflexion, Übungen, Gruppenarbeit, Erfahrungsaustausch

Format:

Offene Durchführung als Präsenzseminar
Inhouse als Präsenzseminar

Erfolgsfaktor Körpersprache: Selbstwahrnehmung und Außenwirkung

Das praxisorientierte Seminar / Workshop bietet den Teilnehmern eine großartige Möglichkeit, im Sport bewährte und erfolgreich im Job angewendete Fertigkeit der erfolgreich eingesetzten Körpersprache zu erlernen und anzuwenden. Dabei ist es das Ziel, durch die souveräne Einschätzung anderer Menschen, diese für sich gewinnen zu können und ein gutes Gespür für seine Mitmenschen zu bekommen. In diesem Training lernen die Teilnehmer die wichtigen Faktoren und Werkzeuge einer professionellen Menschenkenntnis, die eigene Selbstwahrnehmung und wirkende Ausstrahlung zu erkennen, diese im privaten und beruflichen Leben gewinnbringend einsetzen zu können.

Inhalte:

- Was ist Menschenkenntnis?
- Wofür wird Menschenkenntnis benötigt?
- Weshalb kommt es in vielen Situationen zu Missverständnissen?
- Der wichtige erste, verbindliche Eindruck
- Verbale Kommunikation: Das gesprochene Wort
- Nonverbale Kommunikation: Mimik, Gestik, Körperhaltung
- Körpersprache: Selbstwahrnehmung und Außenwirkung
- Die verschiedenen Persönlichkeitstypen
- Wie Sie die unterschiedliche Typen erkennen
- Der Umgang mit schwierigen Persönlichkeiten
- Wie können Konflikte bewältigt und gelöst werden?
- Abbau von Hemmungen
- Authentisch auftreten und wirken
- Der nachhaltige finale Eindruck

Zielgruppe:

Mitarbeiter*innen, Fach- und Führungskräfte aller Bereiche, Vertriebsmitarbeiter*innen, Team- und Projektleiter, die psychologische Erkenntnisse für sich nutzen wollen.

Methoden:

Trainerinput, Selbstreflexion, Übungen, Gruppenarbeit, Erfahrungsaustausch

Format:

Offene Durchführung als Präsenzseminar
Inhouse als Präsenzseminar

Gemeinsam und systematisch am Erfolg arbeiten: Begreif Dich als Team!

Dieses Seminar / Workshop bietet den Teilnehmern eine großartige Möglichkeit, im Sport bewährte und erfolgreich im Job angewendete Team-Fertigkeiten zielgerichtet im Unternehmenskontext einzusetzen. Dabei ist es das Ziel, durch dieses Training ein wertvolles, funktionierendes Team zu bilden, die Kommunikation unter- und miteinander zu steigern und gemeinsam gewinnbringende Mehrwerte für die Mitarbeiter und das Unternehmen zu kreieren.

Der Fokus liegt auf der praktischen Durchführung von Team- und Gruppenarbeiten.

Inhalte:

- Grundlagen für die erfolgreiche Zusammenarbeit in Teams
- Was sind die Erfolgsfaktoren von Teams?
- Faktoren für das Scheitern von Teams
- Teamrollen und ihre Bedeutung
- Erfolgs- und Ergebnisorientierung
- Entwicklung von Teamkultur aus strategischer Orientierung
- Phasen der Teamentwicklung (Tuckman-Modell)
- Effiziente Teams vs. Selbstzweck
- Konflikte und Probleme als Chance
- Offene und transparente Kommunikation
- Methoden der Teamsteuerung
- Unterschiedliche Charaktere und Persönlichkeiten
- Reflexion und Feedbackprozesse

Zielgruppe:

Mitarbeiter*innen und Führungskräfte, die erfolgreich und gut zusammen arbeiten möchten.

Methoden:

Trainerinput, Selbstreflexion, Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit, Erfahrungsaustausch

Praktische Übungen:

- Der Zauberstab: Wenn eine Hand nicht weiß, was die andere tut
- Die Pipeline: Wer führt das Projekt zum erfolgreichen Ziel?
- Der Turm: Konzentration und Förderung motorischer Fähigkeiten
- 30 Websites: Komplexität managen
- Die Transporter: Achtung, rohes Ei!
- Das Band: Choreographie und Orchestrierung

Format:

Offene Durchführung als Präsenzseminar

Inhouse als Präsenzseminar

Mentales Training - Mentale Fähigkeiten verbessern, Ziele effektiver erreichen

Dieses Mentale Training bietet den Teilnehmern eine großartige Möglichkeit, im Sport bewährte und erfolgreich im Job angewendete mentale Fertigkeiten zielgerichtet im Unternehmenskontext einzusetzen. Dabei ist es das Ziel, durch ein mentales Training die Motivation der Mitarbeiter im Unternehmensumfeld und bei ihren täglichen Tätigkeiten zu steigern und Unternehmensziele effektiver zu erreichen.

Im Seminar / Workshop lernen die Teilnehmer verschiedene Techniken des mentalen Trainings kennen, um ihre mentale Fitness zu verbessern, ihre geistige und körperliche Leistungsfähigkeit zu steigern und ihre persönliche Ausdauer zu entwickeln.

Inhalte:

- Grundlagen des mentales Trainings
- Einsatzmöglichkeiten & Anwendungsfelder
- Integration von mentalem Training in Beruf & Alltag
- Was wird mit mentalem Training erreicht?
- Voraussetzungen für mentales Training
- Mentale Techniken
- Training und Anwendung der verschiedenen Techniken
- Erreichen der individuellen Peak Performance Zone
- Ziele Techniken
- Intrinsische und extrinsische Motivation
- Emotionen & Gefühle
- Glaubenssätze, Hindernisse
- Positiver und negativer Mindset

Zielgruppe:

Mitarbeiter*innen und Führungskräfte, die durch mentales Training ihre Leistungsfähigkeit steigern, ihre beruflichen Ziele und Unternehmensziele effektiver erreichen möchten.

Methoden:

Trainerinput, Selbstreflexion, Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit, Erfahrungsaustausch

Format:

Offene Durchführung als Präsenzseminar

Inhouse als Präsenzseminar

Onlinetraining

Umsetzungskompetenzen stärken - Widerstände überwinden

Das praxisorientierte Seminar / Workshop bietet den Teilnehmern die gewinnbringende Möglichkeit, innovative Ideen, Projekte und Aufgaben nicht nur anzustoßen, sondern erfolgreich und zielgerichtet zum Abschluss bringen. Die Teilnehmer erfahren Tipps und Möglichkeiten, im privaten und beruflichen Umfeld als auch bei ihren täglichen Tätigkeiten noch bessere Ergebnisse zu erzielen. Dadurch wird die Selbstmotivation gesteigert, das Selbstmanagement optimiert, persönliche Ziele und unternehmerische Erfolge nachhaltig verbessert.

Inhalte:

- Kennenlernen der wichtigsten Umsetzungskompetenzen
- Entwicklung der wesentlichen Umsetzungskompetenzen
- Analyse der persönlichen Umsetzungskompetenz
- Praktische Anleitung und Entwicklung von konkreten, individuellen Handlungsplänen
- Die richtigen Werkzeugen für mehr Wirksamkeit bei der Bewältigung von Aufgaben
- Selbstmotivation als Erfolgsfaktor
- Was motiviert mich, was demotiviert mich?
- Wie nutze ich meine persönlichen Motivatoren?
- Wie gehe ich mit demotivierenden Elementen um?
- Umgang mit Widerständen und Blockaden

Zielgruppe:

Mitarbeiter*innen, die ihre Umsetzungskompetenz stärken und ihr Selbstmanagement verbessern möchten

Methoden:

Trainerinput, Selbstreflexion, Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit, Erfahrungsaustausch

Format:

Offene Durchführung als Präsenzseminar

Inhouse als Präsenzseminar

Onlinetraining

GEHspräche

Bei GEHspräche bewegen wir uns körperlich aktiv, wandernd oder spazieren gehend, in der Natur. Ich höre Ihnen zu, stelle Fragen, gebe gezielte Anregungen und wir sprechen darüber. Gemeinsam erkunden wir Ihre Gewohnheiten und Gedanken, die Motive für Ihre möglicherweise festgefahrenen Bahnen, die Sie gerne ablegen, verändern oder verlassen wollen. Ich zeige Ihnen andere Sichtweisen auf und gebe Impulse, die Ihnen dabei helfen können, Ihr Leben zu verändern und möglicherweise Neues zu wagen. So sammeln Sie unterwegs neue Ideen und Ansätze für anstehende Herausforderungen und mögliche Veränderungen in Ihrem privaten oder beruflichen Leben.

Dabei werden Perspektivenwechsel sichtbar, die Ziele werden deutlicher und klarer, aber auch die möglichen Wege dahin. Durch die Bewegung an der frischen Luft erleben Sie zudem eine ganzheitliche Kur für Körper und Seele.

Inhalte:

- Möchten Sie Ihren Kopf frei bekommen?
- Stress im privaten oder beruflichen Alltag hinter sich lassen?
- Gewohnte Muster oder eingefahrene Bahnen verlassen?
- Halten Sie zu sehr an Bestehendem und Bekannten fest, beruflich und privat?
- Sie denken an Veränderungen, schaffen es aber nicht loszulassen?
- Sie haben nicht den Mut, was Neues zu beginnen?
- Sie stehen vor einer schwierigen Entscheidung?
- Sie möchten Ihre Gedanken ordnen?
- Sie möchten Mitarbeiter und Führungskräfte langfristig an sich binden?

Zielgruppe:

Für Menschen, die ihren Kopf frei bekommen, den stressigen Alltag hinter sich lassen, Belastendes los werden und gewohnte Muster verlassen möchten.

Methoden:

1:1-Coaching

Format:

Outdooraktivität

Führen mit Zielen - Wirkungsvolle Zielvereinbarungen

In diesem praxisorientierten Seminar / Workshop bietet den Teilnehmern die zielführende Möglichkeit zu erkennen, wie wichtig Ziele für ihre Führungsaufgaben sind. Sie lernen wie man Zielvereinbarungen in motivierenden Gesprächen als erfolgreiches Führungsmittel einsetzt und mit Mitarbeitenden gemeinsam akzeptierte Ziele vereinbart. Die Zielakzeptanz und Zielbindung der Mitarbeitenden wird gesteigert und die Motivation erhöht.

Inhalte:

- Die Bedeutung von Zielen und Zielvereinbarungen
- Rahmenbedingungen für das Führen mit Zielen
- Anforderungen an wirksame Ziele
- Welche Arten von Zielen gibt es?
- Wie gestalte ich den Prozess der Zielvereinbarungen
- Das Gespräch zur Zielvereinbarung
- Umsetzung und Zielerreichung begleiten
- Zieletechniken als Erfolgsfaktoren
- Was motiviert Mitarbeiter*innen, was demotiviert?
- Extrinsische und intrinsische Motivation
- Umgang mit Widerständen und Blockaden

Zielgruppe:

Führungskräfte, die noch intensiver mit Zielen führen möchten.

Methoden:

Trainerinput, Selbstreflexion, Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit, Erfahrungsaustausch

Format:

Offene Durchführung als Präsenzseminar

Inhouse als Präsenzseminar

Onlinetraining

Impulsvortrag - Parallelwelten Fußball und Unternehmen

Inspirierende Gedanken, neue Ideen, Chancen und Perspektiven entwickeln aus meinen Begegnungen und Erlebnissen als Fußball-Schiedsrichter in den TOP-Ligen und nationalen / internationalen Wettbewerben. Wie gelingt im Spitzensport Werte basierte Führung, Entscheidungsprozesse unter Druck, respektvolles und authentisches Auftreten, außenwirksame und positive Kommunikation?

Inhalte:

Als Fußball-Schiedsrichter im Spitzenfußball lernte ich Entscheidungen unter größtem Druck, höchster Anspannung und in kürzester Zeit zu treffen. Dabei stand selbstverständlich die Richtigkeit der Entscheidung im Vordergrund, aber auch eine außenwirkende Darstellung, RESULT. Das Ziel war immer, die größtmögliche Akzeptanz und Anerkennung einer getroffenen Entscheidung bei den beteiligten Spielern und Offiziellen, und auch bei den Zuschauern im Stadion und zuhause, zu erreichen. Dass das zweifelsohne nicht immer gelingt, liegt in der Natur der Sache. Unterschiedliche, subjektiv betrachtete Interessenlagen aller Beteiligten, aber auch fehlende Transparenz und misslungene Kommunikation tragen oft dazu bei, dass Entscheidungen geringes oder fehlendes Verständnis finden und damit eine durchgehende Akzeptanz nicht möglich wird. Was können Führungskräfte folglich von den Geschehnissen beim Fußball lernen und welche Impulse und Botschaften können abgeleitet werden? Warum haben irrelevante, also kleinere, vermeintlich nicht korrekt getroffene Entscheidungen (z.B. Einwurf, Eck-/Abstoß) erheblichen Einfluss? Im Fußball wie auch in Unternehmen haben diese kleinen Entscheidungen oft erheblichen Einfluss auf die Leistungen von Mitarbeitern. Aus eigener Erfahrung, als Fußball-Schiedsrichter im Spitzenfußball und leitender Angestellter in führenden Unternehmenspositionen, weiß ich, dass Empathie und dosiertes Fingerspitzengefühl sehr oft wichtiger sind als sture Konsequenz. Selbstverständlich geben Spielregeln bzw. Unternehmensrichtlinien festgelegte Leitplanken vor, geben aber nutzbare Ermessensspielräume. Weiter weiß ich, dass die situativ passende verbale Kommunikation, gepaart mit der richtigen Gestik und Mimik, sehr gut für unpopuläre und negative Botschaften und Mitteilungen eingesetzt werden kann. Damit wird möglichen Zielkonflikten vorgebeugt, negative Emotionen und überzogene Reaktionen werden abgeschwächt. Als Führungskraft verschafft man sich zudem durch derartiges Verhalten den notwendigen Respekt. Selbstreflexion, Kritikfähigkeit, Teamwork, Zusammenarbeit, Entscheidungsfähigkeit, Kommunikation, Transparenz, Disziplin, Durchsetzungsvermögen, Qualität und Nachhaltigkeit beschreiben die wesentlichen Erfolgskomponenten, im Spitzensport und Unternehmen, um auf Dauer erfolgreich zu sein. Glaubwürdigkeit, Außenwirkung, Fehlerkultur, Kommunikation und Konfliktmanagement sind elementare Kompetenzen. Permanente Lernbereitschaft, Ausdauer, Leistungsfähigkeit, Motivation, stetige Weiterentwicklung, eine positive Führungskultur, Willen, Wollen und Können sind bei Spitzenschiedsrichtern und Führungskräften sind Schlüssel zum langfristigen Erfolg.

Zielgruppe:

Unternehmen, Dienstleister, Institute, Gruppen, Abteilungen, Organisationen

Methoden:

Interaktiver Impulsvortrag

Format:

Offene Durchführung in Präsenz



SCHEPPES COACHING

Detlef Scheppe
Gründer & Inhaber

Gutehoffnungsring 66
D - 57482 Wenden

+49 (0)171 6848234
info@scheppes-coaching.de
www.scheppes-coaching.de