

Musterbrecher

Ballast abwerfen und Potenziale entfalten

Weiterbildung Persönlichkeitsentwicklung und Selbstmanagement

NEU!

Ballast abwerfen und Potenziale entfalten

In stressigen Situationen nerven oft nicht nur die anderen, auch unsere eingefahrenen Muster können den Ärger verstärken: Beim Streit mit dem Gegenüber verlassen wir wutschnaubend das Zimmer und knallen die Tür zu, statt nach einer konstruktiven Lösung zu suchen. Wenn wir kritisiert werden, ziehen wir den Kopf ein oder reagieren mit Gegenangriff. Die Aussage «Ich bin halt, wie ich bin!» bringt Sie in solchen Momenten auch nicht weiter, im Gegenteil. Und doch: Sie können entscheiden, wie Sie in bestimmten Situationen reagieren. Muster zu durchbrechen ist zwar schwierig und braucht neben der Bewusstwerdung auch den Willen, neue Gewohnheiten aufzubauen.

Im Seminar lernen Sie, wie und wann Verhaltensmuster entstehen und wie man sie gewinnbringend durchbrechen kann. Sie erfahren, ab welchem Punkt im Leben der Mensch selber verantwortlich ist und es keine Ausreden mehr gibt. Sie werden zu neuen, positiven Überzeugungen kommen und alten Ballast abwerfen können.

Referent



Dani Nieth

Er ist selbstständiger Rhetorik-Trainer und Coach, arbeitet für diverse bekannte Unternehmen im In- und Ausland und hat vor allem ein Ziel: Weder sich selbst noch die Seminarteilnehmenden zu langweilen. Seine unterhaltenden, anekdotenreichen, messerscharfen und praxisorientierten Seminare gewinnen die Teilnehmer nachhaltig. Er referiert mit viel Enthusiasmus, Einfühlungsvermögen, Provokation und Spontanität – eine Mischung, die auch ernsteren Themen den Beigeschmack der Krise nimmt. Dani Nieth weiss, wie man vielseitig leben, Ziele trotzdem konsequent verfolgen und Träume mit viel Spass realisieren kann. Als Radiomoderator bei einem Regionalsender startete er 1992 seine Journalistenlaufbahn. Danach folgte eine klassische TV-Karriere, die als Chefredaktions-Mitglied und Talk-Master der täglichen Live-Sendung «Klartext» bei RTL/ProSieben Schweiz ihren Höhepunkt erreichte.

Themenschwerpunkte

- Entstehung von Mustern
- Unwörter und Glaubenssätze
- Motivation und Motivierung
- Vorsätze fassen und Entscheidungen treffen
- Diskussionstypen: Was geht, was nicht?
- Verhaltensmodelle: Was genau nervt?
- Reframing: Der Gewinn des Verlusts
- Umgang mit Emotionen
- Zielsetzung und Transfer

Nutzen

- Sie erlangen ein grundlegendes Verständnis über Muster.
- Sie lernen diverse Ich-Zustände und Rollen kennen.
- Sie erhalten Einblick in neue Möglichkeiten, um lästige Muster zu durchbrechen.
- Sie können Verhaltensmuster verstehen, benennen und bekämpfen.
- Sie lernen, wie Sie den Schutzschild der Kindheit verlassen können.

Arbeitsmethodik

Praxisorientiertes Seminar mit Methoden-Mix: Wissens- und Erfahrungstransfer, Tipps und Tricks, Reflektion, Einzel- und Gruppenübungen, Rollenspiele und Plenumsdiskussionen.

Zielgruppe

Das Seminar richtet sich an Führungskräfte und Executives aller Branchen, die sich ihrer Muster bewusst werden und neue, gewinnbringende Verhaltensweisen erlernen möchten.

Link

➤ zfu.ch/go/mub

Musterbrecher

Preis

CHF 1490.00

Inbegriffen sind: Seminarunterlagen online, Mittagessen, Kaffeepausen und Testat. Die Übernachtung ist nicht inbegriffen.

Wichtig: Das Seminar findet in kleiner Runde statt. Die Teilnehmerzahl ist limitiert.

Termine und Orte

Dauer: 1 Tag

13.06.2024

In Feusisberg
Hotel Panorama Resort

9.00–17.00 Uhr

Attraktive Rabatte

Bei gleichzeitiger Anmeldung gelten folgende Rabatte:
Ab 2 Buchungen 10 %
Ab 4 Buchungen 15 %

Beratung und Kontakt

+41 44 722 85 85
info@zfu.ch

Firmeninterne Weiterbildung

Dieses Seminar ist auch als Inhouse-Veranstaltung buchbar. Wir begleiten Sie!



Melden Sie sich jetzt an!

zfu.ch/go/mub