

Authentisches Miteinander im Beruf – Kommunikation stärken mit dem persolog®-Profil und Yoga Flows

Selbstreflexion, um die eigenen Stärken und Motivationen im Beruf und Alltag bewusster einzubringen.

Bildungsurlaub

Der Fluss des Alltags vieler Menschen ist geprägt davon, unterschiedlichsten Anforderungen gerecht zu werden und eigene Bedürfnisse zu verfolgen. Persönliche Befindlichkeiten im Miteinander zu berücksichtigen, ist manchmal anstrengend und sorgt für Missverständnisse. Wer hier nicht klar herausfiltert, mit welcher Persönlichkeits- und Verhaltensstruktur was erreicht werden kann, erlebt oft hohe Reibungsverluste im Miteinander. Aus dem individuellen Umgang mit beruflichen Situationen und den beteiligten Menschen resultieren Erfolg und Effizienz. Das eigene Verhalten im Umgang mit Menschen im Beruf zu reflektieren, ist die Grundlage, den Alltag selbst in die Hand zu nehmen und gesund zu bleiben.

Erkennen Sie persönliche Verhaltenstendenzen und lernen Sie, andere besser zu erkennen, zu verstehen und zu akzeptieren. Verbessern Sie Ihre persönliche und soziale Kompetenz. Analysieren Sie Kommunikation unter Berücksichtigung der eigenen individuellen Wahrnehmung und lernen einfache Anpassungsmöglichkeiten, um gemeinsam mehr zu erreichen.

Um bei allen Herausforderungen gesund zu bleiben und sich im Gleichgewicht zu halten, benötigen Sie geschultes und trainiertes Bewusstsein sowie die persönlich passenden Kompetenzen und Strategien. Im Vinyasa Yoga (Yoga Flows) erleben Sie, wie Jahrhunderte alte Traditionen und fernöstliches Harmoniebedürfnis mit westlicher Dynamik verbunden werden. Für den modernen Menschen der heutigen Zeit erzeugt es Stabilität und Leichtigkeit in einem undogmatischen Yogastil, der körperliche wie auch emotionale und energetische Blockaden löst. Körper und Atmung werden zu einem dynamischen, meditativen Bewegungsablauf verbunden und wecken eine neue und intensive Körperwahrnehmung.

Lernen Sie, sich durch die eigene körperliche und mentale Einheit und Stärke im Alltag zu differenzieren und zu distanzieren und daraus resultierend den vielschichtigen Ansprüchen des Arbeitslebens gestärkt, flexibel, respektvoll und aufmerksam begegnen zu können. Lernen Sie ein fundiertes und doch einfaches Programm, um durch Klarheit und Gelassenheit im Berufsalltag zu bestechen.

Das Seminar richtet sich an Teilnehmende aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen und aus anderen Berufsgruppen, die die Seminarinhalte für ihre berufliche Tätigkeit benötigen. Es kann jedoch auch unabhängig davon gebucht werden.

Seminarnummer:	826523
Termin:	18.09. - 22.09.2023
Seminardauer:	Mo. 12.30 Uhr – Fr. 13.30 Uhr
Ort:	Hotel Delecke, Möhnesee
Preis:	895,00 € inkl. Ü/VP im DZ EZ-Zuschlag 100,00 € insgesamt 995,00 € für Einrichtungen/ Firmen
Leitung:	Evelyn Schneider

Evelyn Schneider (Jahrgang 1973) hat ihren beruflichen Ursprung in der Hotellerie und ist seit 2000 Trainerin für die Bereiche Kommunikation, Führungskräfteentwicklung, Teamprozesse und -förderung, Verhaltens-Strukturen und Stress-Management (div. persolog® Autorisierungen, NLP® Master/ Dr. Richard Bandler). Seit Evelyn im Vinyasa Yoga die 500h Ausbildung absolviert hat, lässt sie keine Möglichkeit aus, sich im In- und Ausland weiterzubilden. Seit vielen Jahren praktiziert und unterrichtet sie Vinyasa- und Yin-Yoga. Sie leitet Ausbildungen für Yogalehrende und unterstützt auf dem Weg in die Selbstständigkeit. Ihre beruflichen Qualifikationen und Erfahrungen verbindet sie mit dem philosophischen und körperlichen Wissen um Yoga. Daraus entstehen lebendige und praxisnahe Seminare. Die alltagstauglichen Inhalte vermittelt sie greifbar, sodass jeder Teilnehmende individuelle Klarheit und Stärkung der eigenen Persönlichkeit erlangen kann, um so den beruflichen Alltag mental und körperlich besser zu meistern.
Homepage: www.yoga-yes.de

Teilnehmendenzahl: 10 - 16

Leistungen: Durchführung des Seminars, seminarbegleitende Unterlagen, Übernachtung und Verpflegung, Versicherungen. Nicht im Preis inbegriffen ist die Anreise.

Die Dozentin

Evelyn Schneider



Seminarinhalte

Dieses Seminar bietet praxisnahe Lernmethoden und Übungsstunden, die einen idealen Transfer und Integration des Gelernten ermöglichen:

- Grundlagen des Verhaltens und das Erstellen des eigenen persolog® Verhaltens-Profils
- Den eigenen Verhaltensstil definieren und verstehen, den Stil anderer Menschen würdigen
- Effektiv mit anderen Menschen umgehen und erfolgreiche Strategien für die Zusammenarbeit entwickeln
- Individuelle Kommunikation führen unter Berücksichtigung persönlicher und fremder Motivationen
- Vinyasa Yoga Praxiseinheiten (Yoga Flows) zur Erreichung eines Gleichgewichts von Aktivität und Entspannung bei Erhaltung innerer Balance (für Anfänger geeignet)
- Meditation in Bewegung und Stille zur Entwicklung von Präsenz, Bewusstheit und Klarheit
- Einblick in Geschichte und Philosophie – was umfasst eigentlich Yoga? Grundlagen des 8-gliedrigen Pfads zur Anwendung aller Aspekte aus der Yogalehre im modernen Alltag
- Yoga im Alltag – Asanas zur Stärkung der eigenen Körperwahrnehmung und Sensibilität gegenüber der inneren Haltung und Einstellung

Seminarziele

- Vermittlung, Anleitung und Reflexion der Seminarinhalte zur Weitergabe (empfohlen insbesondere für Arbeitnehmende aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen sowie für Arbeitnehmende in (angehend) leitender Position zur Weitergabe an ihre Mitarbeitenden)
- Gewährleistung des Transfers in konkrete Arbeitssituationen
- Im Einzelnen: Verbesserung der körperlichen, mentalen, emotionalen und sprachlichen Beweglichkeit sowie der sozialen Kompetenz in Beruf und Alltag, Förderung von körperlicher und mentaler Stabilität und Flexibilität, Gelassenheit, Selbstvertrauen, Selbstsicherheit und Selbstmanagementkompetenz, Verbesserung von Kommunikation, Konzentration und Wahrnehmung, innere Ausgeglichenheit, Steigerung der Belastbarkeit und Effizienz durch effektiven Umgang mit sich selbst und anderen Menschen, vertiefte Auseinandersetzung mit Yogaübungen und Meditationstechniken und deren Transfer in den eigenen Alltag

Übernachtung/Verpflegung

Das elegante 4-Sterne-Hotel „Haus Delecke“ am Möhnesee liegt direkt am Ufer des Möhnesees. Es bietet lichtdurchflutete, geschmackvoll und modern eingerichtete Zimmer mit kostenfreiem WLAN. Das Naturschutzgebiet Arnsberger Wald erreichen Sie bequem, z.B. mit einem der Mietfahräder des Delecke.

Jeden Morgen steht ein ausgewogenes Frühstücksbuffet für Sie bereit. In der Vollpension enthalten sind zudem ein Mittags-Imbiss und ein Tellergericht zum Abendessen, jeweils inklusive Mineralwasser zu den Mahlzeiten.

Link zum Hotel: <https://www.haus-delecke.de/>.



Anreise

Bitte geben Sie folgende Adressdaten in Ihr Navi ein:

Haus Delecke
Hotel- und Gaststättenbetriebs GmbH
Linkstraße 10-14
59519 Möhnesee-Delecke

Bitte nutzen Sie unseren Fahrgemeinschaftsservice.

Seminarzeiten

Zum Auftakt ist um 12.30 Uhr ein gemeinsamer Mittags-Imbiss geplant. Das eigentliche Seminar beginnt am Montag um 13.30 Uhr und endet am Freitag gegen 13.30 Uhr.

Bildungsurlaub

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern als Bildungsurlaub/Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungsfähig. Bitte beachten Sie dazu unsere „Mitteilung für den Arbeitgeber“. Wenn Sie aus Hessen kommen, kann der Arbeitgeber ein Programm einfordern, in dem 20% gesellschaftspolitischer Anteil ausgewiesen sind. Auf Anfrage lassen wir Ihnen dieses Programm zukommen. Zur Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub wenden Sie sich bitte an uns. Sie können auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifrurlaub in Anspruch nehmen.

Sicherheit

Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten. Das Seminar ist über eine Reisepreisversicherung abgesichert.

Sonstiges

Weitere Informationen zum Seminar, Fahrgemeinschaftsliste, etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung.

