

Innere Vielfalt nutzen: Persönlichkeitsanteile als berufliche Ressource

Für Frauen in beruflichen Veränderungsphasen - mit Voice Dialogue innere Ressourcen stärken und neue Handlungsspielräume entdecken

Bildungsurlaub / Bildungszeit

Berufliche Anforderungen verändern sich im Laufe des Lebens. Insbesondere Frauen erleben in der zweiten Lebenshälfte vielfältige innere und äußere Veränderungen. Körperliche und geistige Veränderungen (Menopause), neue Rollenbilder, Altersdiskriminierung und ein veränderter Blick auf die eigene Leistungsfähigkeit werfen Fragen nach einem konstruktiven Umgang mit diesen Entwicklungen auf. Häufig fehlt der Raum, diese Erfahrungen professionell und systemisch zu reflektieren und gemeinsam Lösungsansätze zu entwickeln.

Der Kampf gegen sich selbst kostet oft mehr Kraft, als auf der „Welle zu surfen“. Voice Dialogue bietet einen systemischen Ansatz mit mehr Selbst-Empathie in die Selbstwirksamkeit zu wechseln, mehr Akzeptanz für Überforderung und Verletzlichkeit zu entwickeln, Ressourcen zu entdecken und dadurch Burn-Out Phänomenen und der Entfremdung vorzubeugen.

Innere Anteile haben eine eigene Agenda, sobald diese bewusst ist und anerkannt wird, können sie sich als wertvolle (Kraft)Quellen der Persönlichkeit zur Verfügung stellen. Die Arbeit mit diesen Aspekten liefert oft Überraschungen zu Tage, die vermeintliche Saboteure zu Kollaborateuren werden lassen können.

Durch die erworbenen Erkenntnisse kann die eigene Führungsidentität überdacht und die Gestaltung des Arbeitsalltags neu bewertet und transformiert werden.

Seminarziele

- Sie entwickeln Antworten auf die Frage, wie in einem komplexen Berufsleben, besonders in herausfordernden Situationen, die Stärkung des Bewusstseins und Selbstbewusstseins gelingen kann und innere Anteile als starke Ressourcen zur Lösungsentwicklung genutzt werden können.
- Sie überarbeiten Aspekte des traditionellen Rollenverständnisses und scheinbarer beruflicher Rollenerwartung und erhalten wertvolle Hinweise für eine andere Führungsidentität.
- Sie vertiefen Ihre Kenntnisse über sich und Ihre Kommunikation und erproben die Anwendung neu gewonnener Einsichten.
- Sie erweitern ihre soziale und emotionale Kompetenz, reflektieren persönliche Muster und Limitationen und setzen in intensivem Austausch dem Tabu eine neue Haltung entgegen.
- Durch praktische Übungen, Beobachtungen und erhalten von Demonstrationen sowie Arbeit an eigenen beruflichen Fällen lernen sie zu unterscheiden, inwieweit Empathie hilfreich, aber auch kontraproduktiv sein kann.

Seminar Nr.:	898127
Termin:	14.03. - 19.03.2027 Sonntag, 18:00 Uhr (Beginn mit dem Abendessen) bis Freitag ca. 14:00 Uhr
Ort:	Hotel John Brinkman, Boltenhagen
Preise:	980,00,- € (Ü/VP) EZ-Zuschläge auf Anfrage 1180,- € für Einrichtungen/Firmen
Dozentin:	Andrea Naurath

Andrea Naurath (*1969) stammt aus dem Rheinland und lebt heute in Berlin. Kunst, Coaching und Therapie sind die beruflichen Felder, in denen sie seit über 25 Jahren aktiv ist. Seit ihrer Kindheit steht sie auf der Bühne und bewegt und unterhält Menschen. Kein Wunder, dass sie mit einem Schauspiel-Diplom startete und schnell begann neben Kunst & Comedy auch Seminare für Präsenz und Selbstdarstellung zu entwickeln.

Als zertifizierte Business-Coachin unterstützt sie Menschen in der Umsetzung ihrer beruflichen Wünsche und Ziele. Mit Ihrem Interesse an Menschen, und was sie im Innersten zusammenhält, hat sie vor fast 30 Jahren einen höchst wirksamen systemischen Ansatz für sich entdeckt und gelernt, den sie auch als Heilpraktikerin für Psychotherapie anwendet in ihren Sitzungen anwendet. In ihrer Arbeit mit Voice Dialogue kann sie auf allen Ebenen wirken: den eigenen Ausdruck bewusster erfahren, innere und äußere Kommunikation schärfen und kreative Lösungen finden.

Weitere Informationen finden Sie hier: www.andreanaurath.de

Teilnehmendenzahl: 10 - 16

Leistungen: Durchführung des Seminars, seminarbegleitende Unterlagen Übernachtung, Vollpension, Versicherungen.
Nicht im Preis enthalten sind die Kurtaxe und die Anreise.



Andrea Naurath

Ihr Nutzen

- Voice Dialogue und Ihr inneres Team als systemische Persönlichkeitsentwicklung verstehen und Muster innerer und äußerer Dynamik in professionellen Gesprächs- und Teamsituationen auflösen.
- Mit Einsichten in die Realität von Widersprüchlichkeit und vermeintlicher Schwäche Ihre Position und Wirkung in herausfordernden Mitarbeitergesprächen maßgeblich verändern und die Gesprächs- und Unternehmenskultur verbessern
- Eigene Abgrenzung und ihre Wirkung auf Teamdynamik, Betriebsklima und Führung untersuchen.
- Einen konstruktiven Umgang mit Verletzlichkeit in Machtgefügen entwickeln (Macht und Ohnmacht im Miteinander, Kommunikation in Hierarchien)
- Von anderen lernen, konstruktive und inspirierenden kollegialen Austausch pflegen und in die eigenen Handlungsspielräume integrieren

Methoden

Abwechslungsreiche Aktivitäten und Arbeitseinheiten mit Kurzvorträgen der Dozentin, Plenumsdiskussionen, Alleinarbeit, Kleingruppenarbeit in variierenden Konstellationen, kollegialer Austausch, Plenumsdiskussionen, Demonstrationen mit der Voice Dialogue Arbeit sowie verschiedene praktische Übungen.

Vorkenntnisse

Nicht notwendig. Das Angebot richtet sich an Sie, wenn Sie grundsätzlich offen sind an sich selbst zu arbeiten und bereit sind sich in einer Gruppensituation, aber auch in kleineren Kombinationen intensiv auszutauschen.

Vorbereitung

Sie erhalten einen Einstimmungsbrief und werden darin u.a. gebeten einen Gegenstand aus der Vergangenheit/ bestenfalls Kindheit mitzubringen, der nach Möglichkeit positiv besetzt ist oder einen positiven Symbolcharakter hat. Bequeme Kleidung ist von Vorteil sowie Schreibutensilien für schriftliche Reflexionen.

Zielgruppe

Das Seminar richtet sich an Frauen um 50 plus, die weitreichende Erfahrung und Reifung im Beruf erlebt haben und sich sowohl Austausch auf Augenhöhe mit Peers, als auch konstruktive Maßnahmen zum Umgang mit ihrer aktuellen beruflichen Situation wünschen.



Organisatorisches

Während des Seminars werden Sie im [Hotel John Brinckman](#) direkt an der Ostsee untergebracht sein. Das Hotel befindet sich nur wenige Meter vom Strand entfernt an der Promenade in Boltenhagen. Die gute Lage des Hotels können Sie in Ihrer freien Zeit ausnutzen und beispielsweise den Fahrradverleih des Hotels in Anspruch nehmen. Im Hotel selbst können Sie außerhalb der Seminarzeiten die Sauna und die Sporträume nutzen.

Untergebracht sind Sie in Doppel- oder Einzelzimmern, die jeweils über eigene Dusche/ WC verfügen. Sie werden im Hotel in Vollpension verpflegt.



Anreise

Anreise mit dem Auto: Das Seminarhaus liegt ca. 120 km nord-östlich von Hamburg und 50 km nördlich von Schwerin an der Ostsee. Sie können Ihren PKW kostenfrei auf dem Hotelparkplatz parken. Dieser ist über die Ostsee-allee zu erreichen.

In Ihr Navigationsgerät geben Sie bitte diese Adresse ein: Hotel John Brinckman, Mittelpromenade 24, Boltenhagen

Anreise mit der Bahn: Auch mit der Bahn ist das Strandhotel gut zu erreichen. Dafür fahren Sie zunächst mit der Regionalbahn bis zum Bahnhof „Grevesmühlen“. In Grevesmühlen folgen Sie am Bahnhof den Schildern zum „GVM Busbahnhof“ und steigen in die Buslinie 240 mit der Endstation „Wismar Z O B“ ein. Die Busfahrt dauert ca. 30 min bis Sie an der Haltestelle „Boltenhagen Am Kurhaus“ aussteigen. Das Hotel liegt 500m entfernt von der Bushaltestelle.

Bildungsurlaub / Bildungszeit

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern für Teilnehmer/innen aus bestimmten Berufsgruppen **als Bildungsurlaub/ Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungsfähig**. Bitte beachten Sie dazu unsere „**Mitteilung für den Arbeitgeber**“.

Zur **Beantragung** des Seminars als Bildungsurlaub/ Bildungszeit bei Ihrem **Arbeitgeber** reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub/ Bildungszeit wenden Sie sich bitte an uns. Sie können auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.

Sonstiges

Weitere Informationen über Anfahrtsbeschreibung, Fahrgemeinschaftslisten etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn.

Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung.

Sicherheit

Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten.