

Seminare und Vorträge

Überblick

- Neue Autorität Seite 2
- Vorträge rund um Familie Seite 3
- Persönlichkeitsentwicklung Seite 6
- Führung und Team Seite 8

Nichts Passendes dabei? Ich entwickle mit Ihnen gerne Neues!

Neue Autorität – Stärke statt Macht

Sie erleben sich im Umgang mit Kindern oder Mitarbeitenden häufig unsicher in Ihrer Rolle? Sie haben manchmal das Gefühl, nicht genau zu wissen, wie Sie am besten mit Ihrem Kind oder Mitarbeitenden umgehen können – vor allem und gerade wenn sich Ihr Gegenüber destruktiv verhält? Sie sind Führungskraft einer Einrichtung oder eines Unternehmens und wollen eine persönlich auf Sie abgestimmte und integre Autorität entwickeln? Sie wollen Konflikte gemeinschaftlich lösen?

Werden Sie stark mit dem Konzept der Neuen Autorität. Ich begleite Sie!

Formate:

- Inhouse-Schulungen
- Wochenend- oder Tagesseminare
- Workshops
- Vorträge
- Coachings und Supervisionen

Zielgruppen:

- LehrerInnen
- Eltern
- (sozial-)pädagogisches Fachpersonal
- Leitungs- und Führungskräfte

Vorträge rund um Familie

Umgang mit wütenden Kindern

Trotz aller Zuwendung und Empathie, die Erwachsene Kindern geben, läuft dennoch nicht immer alles rund. Denn Kinder beißen, hauen, zwicken - sind also auch mal aggressiv - und bringen Erwachsene oft an ihre Grenzen. Solche Wutszenen sind nichts Ungewöhnliches, denn sie gehören zur kindlichen Entwicklung. Jesper Juul, systemischer Familientherapeut, plädiert dafür, dass „...die gesamte emotionale Musik und Poesie, die jedem Menschen innewohnt, zum Klingen gebracht werden müsse - einschließlich Gereiztheit, Frustration, Wut, Zorn und sogar Hass.“ Aggressionen mit Geduld und Einfühlungsvermögen zuzulassen, ohne dass das kindliche Verhalten als "böse" und unartig abgestempelt wird, soll zum Ziel der Erziehung werden.

Starke Eltern - nach Haim Omer

Manchmal sind Eltern mit ihren Erziehungskräften am Ende. Kinder wünschen sich jedoch klare und sichere Beziehungen zu ihren Eltern. In jeder Situation. „Elterliche Präsenz“ ist eine systemische Haltung und praktische Hilfe für den Erziehungsalltag. Gerade in herausfordernden Situationen bietet das Konzept Klarheit und Sicherheit für Eltern. Im Vortrag beleuchten wir die Facetten elterlicher Präsenz anhand von Beispielen aus dem Erziehungsalltag und lernen Möglichkeiten kennen, wieder kraftvoll als Eltern aufzutreten.

Streitkultur im Kinderzimmer – Anleitung zum schönen Streiten

Kinder streiten oft und sogar gerne, was für Eltern und Erzieher häufig eine nervliche Zerreißprobe darstellt. Kinder müssen streiten, da es dabei viel zu lernen gibt. Wichtig für das Lernen sind Erwachsene, die die Kinder im Konflikt gut begleiten, d. h. vermitteln, sich neutral verhalten und auf Regeln bestehen. Kinder kommen auf beachtliche Lösungen, wenn man sie nur lässt. Wie Eltern und Erzieher es schaffen, als Beobachter die Kinder im Streit zu unterstützen, soll hier zum Thema gemacht werden.

Geschwister – Zwischen Liebe und Rivalität

Viele Kinder, großes Streitpotenzial? Oder ist die Stimmung zu Hause lediglich eine Frage des Altersabstands unter den Geschwistern? Oder vielleicht des Geschlechts? Für die Geschwister selbst ist es die beste Schule für die Zukunft, denn sie lernen dabei, sich durchzusetzen und sie lernen, wann es besser ist nachzugeben. Im Themenfrühstück wollen wir uns näher anschauen, was Geschwisterstreit bedeuten kann, wie Sie Ihre Kinder befähigen, Konflikte untereinander geschickt zu lösen und wie Sie eine tragfähige Geschwisterbeziehung fördern können.

Liebesbeweis Nein-Sagen

Erziehen ist heute keine leichte Aufgabe. Besonders Situationen, in denen wir Kindern etwas abschlagen müssen, sind eine Herausforderung. Da fällt das Nein-Sagen schwer. Dabei sind Grenzen und Regeln ja nicht nur einengende Gitterstäbe, sondern auch Schutzgitter, die Geborgenheit und Sicherheit vermitteln. Dieser Vortrag will aufzeigen, warum Grenzen und Regeln für die kindliche Entwicklung so wichtig sind, damit freie und selbstbewusste Menschen heranwachsen können.

Rituale und Übergänge

Krippe, Kita, Kindergarten... – ein neuer Lebensabschnitt fängt an und alte Gewohnheiten müssen verabschiedet werden. Übergänge sind in der Entwicklung der Kinder sehr prägende Situationen und stellen für sie eine große Herausforderung dar. Damit Kinder und ihre Eltern gestärkt aus diesem Prozess hervorgehen können, ist es unabdingbar, den Übergang gut vorzubereiten und zu begleiten. Wir sprechen über schon gemachte Erfahrungen, praktische Tipps und welche innere und äußere Dynamik bei den Familienmitgliedern geschehen kann.

Von Rabauken und Räubertöchtern: Das spielende Kind

Das Spiel ist für Kinder das A und O in ihrer geistigen, sozialen, emotionalen Entwicklung. Auch Sprache, Denken und Kreativität entwickeln sich durch das ausgelassene kindliche Spiel. In diesem Vortrag beleuchten wir, wie wir Erwachsene unsere Kinder in ihrem natürlichen Forscher- und Entdeckungsdrang unterstützen und begleiten können. Wir stellen uns den Fragen, was und vor allem wie viel ein Kind zum gesunden und förderlichen Spielen braucht – Medien, Bewegung, Spielzeug?

Stark ins Leben! Ein Kinderspiel!

Kinder spielen nicht nur zum Zeitvertreib. Das Spiel hilft vor allem beim Lernen und bei der Persönlichkeitsentwicklung. Kinder nutzen das Spielen als natürliche Methode, um Erlebtes innerlich zu ordnen und Strategien und Rollen einzuüben. Gerade wenn es darum geht Herausforderungen und Krisen zu meistern. Das können wir als Erwachsene mitgestalten, in dem wir hilfreiche Mechanismen im Spiel ganz bewusst fördern. Damit unsere Kinder Helden ihrer eigenen Geschichte werden!

Mental Load

gerechte Arbeitsteilung statt unsichtbarer Schwerstarbeit

Was kochen wir heute? Ist die Brotzeit für die Kinder schon hergerichtet? Muss das Geschenk für den Kindergeburtstag noch gekauft werden? Wer bringt das Kind dahin und holt es wieder ab? Häufig denken Frauen all diese familiären To-Dos mit und fühlen sich dafür verantwortlich – bis hin zur Erschöpfung. Doch wie kann man und frau damit umgehen, um eine dauerhafte Entlastung im Familienalltag zu schaffen? Wir sprechen über Beispiele, Möglichkeiten und Ideen mit dem Blick auf das gesamte Familiensystem.

Mama, Papa, Kind ... und Oma, Opa

Wie Erziehung trotzdem gelingen kann!

Eine gute Mama, ein guter Papa will gelernt sein. Doch woher entwickeln wir unsere ersten Ideen, was das Mama- und Papasein bedeutet – von den eigenen Eltern! Unsere Wurzeln begleiten uns nicht nur was unsere Identität als Mutter oder Vater angeht, sondern auch im Umgang mit unseren Eltern, die nun Oma und Opa sind. Nach der Geburt des Enkels tauchen immer wieder Fragen auf: Wann muss ich mich wie von den Großeltern abgrenzen? Welche Rolle spielt dabei mein Partner? Welche Herausforderungen und Entwicklungsmöglichkeiten gibt es mit den Schwiegereltern? Ist Kindererziehung auch gleichzeitig Großelternziehung?! Welche Vorstellungen habe ich überhaupt vom Elternsein? Wir gehen dem auf den Grund!

Gefühlsstarke Kinder!

Wie wir mit herausfordernden Gefühlen umgehen können.

Endlich können Kinder sich in unserer Gesellschaft mit ihren Gefühlen offen ausdrücken! Sie dürfen zeigen, wie es ihnen geht - Bedürfnisorientierung wird als hohes Gut betrachtet. Doch diese Freiheit unserer Kinder hat einen Preis: Erwachsene, die mit allen Facetten auf der Gefühlspalette auch umgehen können. Wie können wir uns befähigen, unseren Kindern jede Form der Gefühle zuzumuten und diese auch begleitend auszuhalten? Starke Kinder, die differenziert mit ihren Gefühlen umgehen sollen, brauchen uns Erwachsene als ihre Vorbilder.

Elternglück: Gelassenheit, Achtsamkeit und Respekt

Das lehrt der Dalai Lama. Durch ein achtsames und gelassenes Miteinander schöpfen nicht nur die Erwachsenen Kraft, auch die Kinder entwickeln so Selbstvertrauen und Freude, um zukünftige Herausforderungen meistern. Doch wie hält die buddhistische Philosophie dem Alltag stand, in dem es auch mal laut und turbulent zugehen kann? Wie schwierige Situationen liebevoll bewältigt und eine achtsame Grundhaltung entwickelt werden kann, soll durch Beispiele aus dem Alltag und Übungen praktisch erfahren werden. „Es gibt kein Weg zum Glück – Glücklich-sein ist der Weg.“ (Buddha)

PERSÖNLICHKEITSBILDUNG

Kreativworkshop mit Selbsterfahrung

Heldinnenreise mit Links

Eine Heldinnenreise besteht aus der ständigen Weiterentwicklung unserer Persönlichkeit durch neue Impulse und das Erkennen unserer Licht- und Schattenseiten. Wir nähern uns unserer eigenen Heldinnenreise mit all ihren schon geschafften und noch zu überwindenden Herausforderungen an mit Hilfe der Geschichte von Frida Kahlo. Sie ging ihre ganz eigene, kreative und bunte Reise und hinterließ in ihren sehr berührenden und kraftvollen Bildern anschaulich innere Stationen ihres Weges. In diesem 3stündigen Workshop arbeiten wir kreativ und humorvoll mit dem inneren Bild unserer eigenen Heldinnenreise und bringen es mit Links freudvoll auf die Leinwand.

Vortrag/Workshop

Gelassene Eltern sind kein Mythos - Entspannt erziehen

Es wird heutzutage viel gefordert und erwartet von Eltern. Ihre Kinder müssen gut funktionieren und sich in die Gesellschaft gewinnbringend einfügen. Doch das Einzige, was Kinder für ihr Glück brauchen, sind entspannte Eltern. Wie das geht, wird anhand alltäglicher Beispiele aus dem Familienleben erklärt. Basis sind die vier grundlegenden Bedürfnisse von Kindern und kleine Entspannungstechniken für Eltern.

Seminar

Lebensübergänge gestalten

Das Leben ist ständig im Fluss – nichts ist so sicher, wie die Vergänglichkeit. Deshalb gehören Lebensübergänge zum täglichen Brot. Ein neuer Lebensabschnitt mit all seinen Herausforderungen fängt an und Altes und Gewohntes muss verabschiedet werden: Das sind die Herausforderungen von Übergängen. Damit Sie gestärkt aus diesen Prozessen herausgehen, ist es hilfreich, sich damit auseinanderzusetzen. Dazu reflektieren wir Ihre schon gemachten Erfahrungen mit Veränderungen und sammeln somit Ihre Stärken, Fähigkeiten und Unterstützer.

Vortrag/Workshop

Wie Eltern ein Liebespaar bleiben

Plötzlich dreht sich alles nur ums Kind, die eigene Mutter macht alles besser, der Mann versucht sich als Papa und die Erotik steht auch hinten an. Wie eine junge Familie mit diesen Herausforderungen stressfrei umgehen kann und die Zeit als Eltern und Paar genießen können, machen wir zum Thema. Wir sprechen über Krisenklassiker, mit denen junge Familien umgehen müssen.

Seminar

Fulltimejob Mutter - Stressmanagement

Das Muttersein wird durch die Gesellschaft, Werbung und zahlreiche Elternratgeber immer professioneller. Mütter stehen oft vor echten Herausforderungen: fördern, fordern, feinfühlig und pädagogisch handeln – gleichzeitig taff im Arbeitsleben stehen und eine erfüllte Beziehung zum Partner leben. Der reflektierte Umgang mit diesen hohen Anforderungen ist sehr wichtig, um körperliche oder psychische Erkrankungen zu vermeiden. Um gut für sich selber zu sorgen, ist ein nachhaltiges Stressmanagement unvermeidbar! Wir werden uns mit den drei Hauptwegen zur Stressbewältigung beschäftigen und uns auf unsere innere Haltung mit Blick auf die eigenen Werte und Ziele fokussieren.

Seminar

Mit dem inneren Kritiker zur Selbstakzeptanz

Wir alle haben einen inneren Kritiker, der uns immer mal wieder darauf aufmerksam macht, was wir wieder falsch gemacht haben. Seinen Ursprung hat der innere Kritiker oft in der Kindheit und quält uns seitdem gerade in stressigen Momenten mit wenig hilfreichen Glaubenssätzen („Das schaffst du eh nicht!“). Als Teile unserer Persönlichkeit können wir jedoch selbst bestimmen, welchen Einfluss der Kritiker auf uns haben soll – denn er kann auch als Unterstützer verstanden werden. Wie das funktioniert, werden wir in diesem humorvollen und wertschätzenden Seminar erfahren.

Seminar

Handlungsfähig in der Krise - Vom Problemopfer zum Lösungstäter

In Krisen sind wir der Ohnmacht oft nahe, haben das Gefühl Mutterseelenallein zu sein, unsere Zukunft erscheint höchst ungewiss und nichts geht mehr. Doch es geht immer noch so viel mehr!! Es gibt Methoden, unser Leben wieder in die eigenen Hände zu bekommen und aktiv Perspektiven zu entwickeln. Denn je handlungsfähiger wir uns in Krisen fühlen (und ja auch sind), desto weniger fühlt sich die Krise krisenhaft an. Im Webinar beleuchten wir verschiedene Möglichkeiten und zahlreiche Maßnahmen zum hilfreichen Umgang mit Krisen. Also – Ärmel hochkrempeln und los geht's!

Paarseminar

Im Beziehungsglück

Wenn Kinder, Job oder Alltag viel Aufmerksamkeit fordern, ist es notwendig, das Beziehungsglück mit dem Partner wieder in den Vordergrund zu rücken. In diesem Seminar bekommen Sie die Gelegenheit dazu! Entdecken Sie anhand Ihres individuellen Lebensweges als Paar Ihre Stärken und Fähigkeiten. Was stärkt Ihre Partnerschaft, auf welchen Moment baut Ihre Liebe zueinander auf und wie wollen Sie in Zukunft zueinanderstehen?

FÜHRUNG UND TEAM

Führungskräftecoaching

Leitbildentwicklung: Mitarbeiter-Glück fängt von oben an

Jede Führungskraft möchte glückliche und zufriedene Mitarbeiter*innen, die begeistert zur Arbeit kommen, statt vieler Krankheitsausfälle durch Burn-Out und schlechter Stimmung. In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit Ihren Werten und entwickeln damit Ihr Führungsleitbild, das dazu beitragen sollen, sich und Ihren Mitarbeiter*innen Sinn und Bedeutung im Alltag zu ermöglichen und die gleichzeitig Ihre Wünsche und Ziele für Ihre Organisation widerspiegeln. Als Leitung können Sie Ihren und den Arbeitsalltag Ihrer Mitarbeiter*innen durch Ihr Führungs- und Wertebild bereichern, Haltung und Motivation vorgeben und somit zu einem gesunden und nachhaltigen Stressmanagement in Ihrer Einrichtung beitragen.

Inhalte und Ziele

- Kreatives Gestalten eines Leitbildes
- Leitsätze und Werte
- Stressmanagement
- Reflexion: Botschaften der Führungskraft

Teamarbeit

Strategietag: Ziel- und Organisationsentwicklung

Organisationen und Unternehmen müssen sich beständig wechselnden Anforderungen stellen. Somit stellt sich der Anspruch, für Anpassung von Mitarbeiter*innen zu werben und zugleich Strukturen und Regeln zu entwickeln, die schnelle Anpassung ermöglichen. Organisations- und Teamentwicklung bedeutet, das Team fähig zu machen Selbstorganisation und Zusammenarbeit zu fördern.

Mit dem GRPI-Modell (Goals/Ziele, Rollen/Verantwortlichkeiten, Arbeits- und Kommunikationsprozesse, Interpersonal Relationships) werden vier Grundpfeiler für erfolgreiche Organisationen und Teamarbeit beschrieben, das dabei unterstützt, systematisch eine Basis aufzubauen. Grundannahme ist dabei, dass die Intelligenz eines Teams die Intelligenz des Einzelnen überschreitet. Ein soziales System hat die Kraft etwas Neues hervorzubringen. Durch das GRPI-Modell kann der Prozess des gemeinsamen Denkens, Reflektierens und Entwickelns in Gang gebracht werden.

Inhalte und Ziele

- GRPI-Modell
- Disney-Strategie – Zielentwicklung
- Aufgabenverteilung und Verantwortlichkeiten
- Selbstmanagement des Teams

Team und Führungskräfte

Rollen und Aufträge: von der Überlastung zur Klarheit

Jedes Mitglied im Team weiß, was er oder sie zu tun hat. Oder? Offizielle Stellenbeschreibungen geben klare Arbeitsaufträge und Rollenzuweisungen bekannt. Manchmal scheint es über die Stellen und Aufgaben jedoch Unklarheiten zu geben. Eine Organisation besteht aus miteinander interagierenden Menschen, die informelle Arbeitsauf- und Rollenverteilungen unbewusst aushandeln. Diese Strukturen sichtbar machen, um Überlastungen und Mitarbeiterunzufriedenheit vorzubeugen, ist Ziel des Seminars. Hier nutzen wir eine Systemaufstellung, die formelle und informelle Rollen aufzeigt, und das Auftragskarussell, als Möglichkeit selbstwirksam eigene Stärken bewusst ins Unternehmen einzubinden. Für zufriedene Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen und gestärkte Organisationen.

Inhalte und Ziele

- Rollen der Organisationsmitglieder
- Auftragssammlung und
- Auftragsklärung durch bewusstes Entscheiden
- Selbstmanagement des Teams