

Seminarhaus



Der Schrammenhoff in Mönchengladbach bietet einen rustikalen Rahmen zur kreativen Klausur. Der Seminarraum von 90 qm und der geschützte Innenhof sind ideal für humorvoll-intensive Trainingseinheiten.

Tagungspauschale/VP im EZ ca. € 140,-

HP 1 28. – 30. April 2013

HP 2 16. – 19. Juni 2013

HP 3 02. – 06. Oktober 2013

Weitere Termine auf Anfrage

Privatpersonen haben die Chance, über unseren Spendenfonds einen Nachlass auf die Tagungspauschale zu beantragen.



Ausbildung zum Humor-Coach

Bei gleichzeitiger Belegung von EQ1 (Mit Gefühl zu mehr Erfolg), HP2 und HP3 können Sie die Ausbildung zum Humorcoach abschließen. Die Seminargebühren von **€ 3.300,-** beinhalten Lehrmaterialien, Einzelcoaching u. Supervision. Weitere Informationen auf unserer Homepage über QR-Code.



Trainer



Dipl.-Komm.-Wirt **Miklas Wrieden**. Seit 2006 als Coach für Team- und Persönlichkeitsentwicklung tätig. Weiterbildung in Circus- und Erlebnispädagogik. Systemischer Seilgartentrainer, Fallarbeit mit Case Management, Biographiearbeit und Genogramm.



Dipl.-Ing. **Michael Blochberger**. Studium Kommunikations-Design. Seit 1977 als Unternehmer und Geschäftsführer tätig. Dreijährige Trainerausbildung in körperorientierter Selbsterfahrung, Fortbildung in Gruppendynamik, Rhetorik, NLP sowie verschiedenen Methoden der Humanistischen Psychologie. Seit 1997 engagiert als Trainer und Coach.



Information und Anmeldung:

Institut CIT
Butlandskamp 8 · 28357 Bremen
Fon 0421-200 74-60 · Fax 0421-200 74-64
info@cit-consult.de · www.cit-consult.de

Offene Seminare 2013

Humor und Persönlichkeit



Humor und Persönlichkeit

HP1

Spontanität leben

HP2

Lachend gewinnen

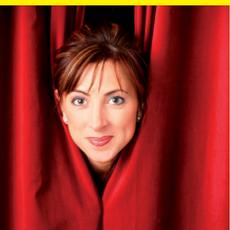
HP3

Humorvoll führen



HP1

Spontanität leben



Erwartungen, Pflichten und Normen bestimmen unser Leben. Oft lassen wir uns im Alltag in unserer natürlichen Ausdrucksweise und Spontanität einschränken, ohne es zu merken. Die Technik des Improtheaters erschließt den Zugang zu Ihren

kreativen und kommunikativen Kräften, schult Ihre Wahrnehmung und öffnet Ihnen auf ganz spielerische Weise den Raum für mehr Freude, Lebendigkeit und Authentizität.

In spielerischen Übungen und Improvisationen werden Ihre Ausdrucksvielfalt und Ihre sprachlichen Fähigkeiten geschult. Durch das Experimentieren mit Stimmungen und Reaktionen überwinden Sie mögliche Hemmungen, verfeinern Ihre Wahrnehmung und finden auf ganz humorvolle Weise zu mehr Leichtigkeit und Spontanität im Alltag.

Inhalte:

- Kreativität und Begeisterung im Umgang mit Sprache
- Spontanität im Umgang mit Mimik, Gestik und Körpersprache
- Abbau von Hemmungen in der Selbstdarstellung
- Experimentieren mit eigenen und fremden Stimmungslagen
- Verstehen lernen durch Perspektivwechsel und Rollentausch
- Spielerisch-humorvoller Umgang mit Statusrollen und Normen
- Improvisation im Alltag

Zielgruppe: Alle, die ihre Kreativität, Spontanität und Leidenschaft entwickeln wollen, max. 12 Personen.

Trainer: Miklas Wrieden

Seminargebühr: € 420,- zzgl. MwSt.

Termin: 28. – 30. April 2013

HP2

Lachend gewinnen

Die psychologische und mentale Bedeutung des Lachens für unsere Gesundheit, unsere Attraktivität und unsere soziale Akzeptanz ist unbestritten. Aber wer im Beruf lachend gewinnen will, braucht das Wissen um die richtige Technik und das Gespür für den passenden Augenblick, damit er seine Mitmenschen von sich und seinen Ideen begeistern kann.

In Rollenspielen und kommunikativen Begegnungen lernen die Teilnehmer, die verschiedenen Arten des Lachens zu differenzieren, und erleben deren unterschiedliche Wirkung. Im variablen Einsatz von Komik, Witz und Humor üben sie, auf gewinnend sympathische Weise Gelassenheit zu entwickeln, Einfluss zu nehmen und Konflikte zu lösen. Im Kleingruppen-Coaching eröffnen sich neue Perspektiven im konstruktiven Umgang mit dem Lachen im Beruf. Sie überdenken destruktive Einstellungen, erarbeiten alternative Verhaltensmuster und entwickeln ihre humorvollen Potentiale.



Inhalte:

- Stärkung von Stressresistenz und Gesundheit
- Steigerung von Selbstmotivation und Lebenslust
- Wiederentdecken des inneren Kindes
- Lachen als Faktor der Motivation und Teambildung
- Demut, Liebe und Humor kontra Statusdenken
- Souveränität und Authentizität mit Humor
- Humor und Herzlichkeit als Führungsqualitäten

Zielgruppe: Alle, die Gelassenheit, Attraktivität und Persönlichkeit entwickeln wollen. 6 – 12 Personen.

Trainer: Michael Blochberger und Assistent/in

Seminargebühr: € 800,- zzgl. MwSt.

Termin: 16. – 19. Juni 2013

HP3

Humorvoll führen



Humor besitzt eine faszinierende Anziehungskraft. Er hilft, Leid und Verzweiflung zu überwinden, berührt die Menschen und integriert sie auf liebevolle Weise. Echter Humor entwickelt sich aus der Fähigkeit zu Selbstironie und Demut. Wer über sich

selbst lachen kann, weiß auch seinen Mitmenschen zu verzeihen. Er entwickelt eine natürliche Autorität, die Menschlichkeit mit Ausstrahlung und Souveränität zu verbinden weiß.

Eine wichtige Kompetenz der humorvollen Führungskraft ist die Fähigkeit, durch den Wechsel unterschiedlicher Kommunikationsstile unvorhersehbar zu werden, sich den (oft unbewussten) Psychospielchen und Manipulationsversuchen anderer zu entziehen und durch überraschende Interventionen zu Widerspruch und zur Neubewertung überholter Einstellungen zu provozieren. In diesem Persönlichkeits-Training betreten Sie einen neuen Weg zu mehr Sprachkompetenz und persönlichem Bewusstsein.

Inhalte:

- Narrenfreiheit und die Macht des Komikers
- Aufarbeiten persönlicher Blamagen und Niederlagen
- Stärkung von Selbstbewusstheit und Persönlichkeit
- Respekt und Sympathie durch Statuswechsel
- Gesetze und Anziehung, Sympathie und Loyalität
- Demut, Liebe und Humor als Führungskompetenzen
- Souveränität und Authentizität mit Humor

Zielgruppe: Führungskräfte und alle, die Souveränität und Persönlichkeit entwickeln wollen. 6 – 8 Personen.

Trainer: Michael Blochberger und Assistent/in

Seminargebühr: € 1.250,- zzgl. MwSt.

Termin: 02. – 06. Oktober 2013