

WIESBADENER KOMPETENZTAGE

für AssistentInnen

CREATIVE CONSULTING
hm.cc



Heidi Mathias

25 Jahre Erfahrung
als Consultant für
Assistentinnen.

Wir bieten Konzepte
und Strategien, wie
Sie im Officebereich
eine Wertsteigerung
für Ihr Unternehmen
erreichen können,
und das mit Herz
und Verstand.

Wegen großer
Nachfrage jetzt:
► 5 Kompetenz-
Arbeitskreise für
„Senior Assistants“

07. – 09. Mai 2014



Herzlich willkommen, liebe Leserin, lieber Leser,

Wiesbaden im Mai, einem der schönsten Monate. Alles blüht, die Parks strotzen vor Grün, die Luft ist lau, die Tage sind lang, es ist einfach schön. Dazu kommt das Schönste: Ich darf Sie zu unseren Wiesbadener Kompetenztagen 2014 begrüßen und mit Ihnen zusammen und Ihren Business-Experten drei spannende, innovative, inspirierende Tage erleben, sodass wir das 2. Halbjahr mit aktuellem Know-how und voll positiver Energie anpacken werden.

Lassen Sie uns so viel Input, so viel gute Laune, so viel Spaß wie möglich mitnehmen und in Ihre Unternehmen tragen.

Kolleginnen, die unsere Kompetenztage besucht haben, sagen: „Diese Kompetenztage sind jedes Jahr etwas ganz Besonderes! – Erfahrt und erlebt den Unterschied ...!“

Ich freue mich auf Sie – bis bald!

Heidi
Heidi Mathias

Wer sollte teilnehmen?

SekretärInnen und AssistentInnen aus den Bereichen: Geschäfts- und Bereichsleitung, Direktion und Vorstand, Office-ManagerInnen und Management-AssistentInnen sowie alle, die in ihrer Funktion noch mehr überzeugen und neue Aufgabengebiete übernehmen wollen.

Warum sollten Sie teilnehmen?

- Sie wählen individuell Ihre Kompetenz-Arbeitskreise, die Sie beruflich weiterbringen und Ihnen zugutekommen.
- Sie erarbeiten Lösungen, die Ihnen das Führen mit „geliehener Macht“ erleichtern.
- Sie erleben intensiven und persönlichen Austausch mit vielen anderen TeilnehmerInnen.

Ein unvergessliches Highlight, von dem Sie das ganze Jahr profitieren werden!

Wie profitieren Ihre Vorgesetzten von Ihrer Teilnahme?

- Mit gestärktem Rollenverständnis gelingt es Ihnen, Ihre Funktion noch wirkungsvoller zu gestalten.
- Sie erfahren, wie Ihnen die „Gratwanderung“ zwischen Vorgesetzten, Kollegen und Geschäftspartnern noch besser gelingt.
- Sie gewinnen vertiefende Einblicke in die Arbeitswelt Ihrer Vorgesetzten und können sie noch effizienter unterstützen.
- Sie holen sich neues, wertvolles Praxiswissen, das Sie sofort in die Praxis umsetzen können.

07.05.2014

Networking am Vorabend der Kompetenztage: Für alle Teilnehmerinnen, die erste Kontakte knüpfen möchten, haben wir ab 19.00 Uhr einen Tisch im Hotelbistro reserviert.

SPECIAL:

Eine Coaching-Stunde für SIE persönlich!

Es gibt eine kritische Situation in Ihrem beruflichen Umfeld – z. B. mit Kollegen/Kolleginnen – oder eine unangenehme Herausforderung im Unternehmen. Solche Turbulenzen rauben Kraft! Keine Lösung ist in Sicht! Nutzen Sie die Gelegenheit, in einem Training unter vier Augen mit Lilli Wilken (1 Stunde) eine Strategie zu erarbeiten und den Knoten zu lösen.

Terminmöglichkeiten

- **07.05.2014** ab 16.00 Uhr
- **08.05.2014** in den Pausen und nach 17.00 Uhr

Bitte melden Sie sich unter hm@heidi-mathias.de an. Wir verabreden einen Termin.



Seminarzeit:
9:00 bis 16:30 Uhr

Seminarkosten:
990,00 €

Kongress und Seminar:

Spezialpreis:
2.090,00 €

*Auf vielfachen Wunsch
erleben Sie Thomas Eberl
in diesem Power-Seminar!*



Thomas Eberl

Balance zwischen Höchstleistung und Wohlbefinden

Nicht Zeit, sondern Energie ist unsere wertvollste Ressource

Die täglichen Heraus- und Anforderungen im Arbeitsalltag betreffen nicht nur Ihre Vorgesetzten, sondern auch Sie, die Assistentin. Neben Kreativität, schnellem Um- und Mitdenken sind unternehmerisches Geschick, psychologisches Feingefühl und vor allem Belastbarkeit gefordert. Um all diesem gerecht zu werden, benötigen Sie nicht nur Ihre fachlichen Kompetenzen, sondern auch Energie und geistige Aufmerksamkeit, um auf Dauer leistungsfähig und gesund zu bleiben. Sie können mit energiebringenden Aktiveinheiten und „Ruheinseln“, die einfach durchzuführen sind und sogar Spaß machen, für perfekten Ausgleich sorgen.

Entdecken Sie Ihre „**Big Five of Life**“ (Lebensglück, Balance, Energie, Gesundheit, Zielerreichung) für

- mehr Kreativität und geistige Frische,
- mehr Stärkung der Belastbarkeit,
- mehr dauerhafte Leistungsfähigkeit,
- mehr emotionale Ausgeglichenheit,
- mehr Vitalität und Ausstrahlung.

Sie nehmen einen Werkzeugkoffer gefüllt mit effektiven und wirkungsvollen praktischen Anregungen mit, aus dem Sie sich jederzeit selbst und einfach bedienen können. Es sind die kleinen Impulse, die in ihrer Summe eine große Wirkung entfalten. Profitieren Sie davon! Ein Benefit für Sie selbst, Ihre Vorgesetzten und Ihr Unternehmen!

Ein weiterer Schritt zur unverzichtbaren Beraterin:

zur Co-Managerin

■ *Zum Abschluss des Seminartages laden wir Sie herzlich zu einem Cocktailempfang ein. Nutzen Sie diese Gelegenheit zum Netzwerken in lockerer Atmosphäre.*

Thomas Eberl

ist Sportwissenschaftler und Experte für Prävention, Gastdozent für „Gesundheitsbildung“ an der TU München. Er coacht Spitzensportler und Manager. Die einmalige Kombination aus wissenschaftlicher Kompetenz und weltweit gesammelten Erfahrungen hat Thomas Eberl auf seinem Gebiet zu einem großen Vordenker gemacht. Er gibt den richtigen und perfekt dosierten Motivationsschub nach dem Mini-Max-Prinzip. 20 Jahre Coaching-Praxis-Erfahrung haben ihm gezeigt, was tatsächlich möglich und nötig ist ... Profitieren Sie davon!

Nach dem Ende des Seminartages ist Thomas Eberl für Sie zu Einzelgesprächen (je 15 Min.) da.

Programm 1.Tag • 08.05.2014

7:00 Alle Frühaufsteherinnen laden wir zur Einstimmung in den Tag zum morgendlichen Joggen bzw. Walken im Park mit unseren Laufcoaches ein (ca 40. Minuten) – *natürlich freiwillig*

ab 8:30 Ein herzliches Willkommen und Ausgabe der Tagungsunterlagen

9:15 Konferenzbeginn: **Lilli Wilken** und **Heidi Mathias**

9:30 Die wahren Geheimnisse der Motivation

Rolf Schmiel nimmt Sie mit auf eine spannende und humorvolle Reise. Dabei geht er der Frage nach: Was macht Menschen wirklich erfolgreich? Wissenschaftliche Analysen zeigen, dass vielmehr fünf verblüffende psychologische Faktoren für Spitzenleistungen verantwortlich sind. Verpackt in unterhaltsamen Geschichten und faszinierenden Experimenten sind die Dinge, die Sie erfahren werden:

- welche Persönlichkeitseigenschaften über Erfolg und Misserfolg entscheiden
- wieso bewährte Motivationsmethoden heute nicht mehr funktionieren
- welche psychologische Methode Sie gegen Frustrationen immunisiert
- wie Rückschläge zu Leistungsturbos werden
- warum die Neurowissenschaften neue Impulse zur Motivation bereithalten

Rolf Schmiel

10:30 ■ Energie- und Erfrischungspause

11:00 RAUS AUS DER GRÜBELFALLE

Erkennen und überlisten Sie Ihre inneren Weggefährten

Wir wissen: Nur wenn wir unserem eigenen Weg folgen, kommen wir im Leben voran. Der Haken: Es gibt kein Navigationsgerät, das uns leitet. Immer wieder stehen wir vor Abzweigungen und fragen uns, welchen Weg wir einschlagen sollen. „Auf zu neuen Ufern!“, ruft eine mutige Stimme in uns. „Bloß nicht, wir bleiben auf dem gewohnten Weg!“, bremst uns die ängstliche Gegenstimme. Und nun? Wir treten auf der Stelle. Damit ist jetzt Schluss!

- Wie Sie Ihre innere Rasselbande im Zaum halten
- Wie Sie sich selbst besser verstehen
- Wie Sie sich mit drei Stellschrauben in Schwung bringen

Erfahren Sie auf humorvolle Weise, wie Sie sich am eigenen Schopf aus dieser Falle ziehen, wie Sie sich im inneren Dialog von bremsenden Denkmustern befreien, wie Sie Ihre verschiedenen inneren Stimmen unter einen Hut bringen und handeln, statt zu grübeln. Nicht grübeln – entscheiden – leben!

Nicola Fritze

12:00 ■ Vital-Lunch und Zeit zum Austausch

13:00 Kompetenz-Arbeitskreise (1–5)

Rolf Schmiel	Ihr Masterplan für mehr Motivation	(1)
Nicola Fritze	Raus aus der Grübelfalle	(2)
Frauke	“Easy energy“ –	(3)
Bothe-Anstaedt	Entspannt – gelassen – hellwach	(4)
Oliver Schilling	„Generation Y“ – Digital Natives	(4)
Lilli Wilken	„Erkenne dich selbst“ – Spiegel der Persönlichkeit	(5)

15:30 ■ Zeit für Erfrischungen und zum Netzwerken

16:00 Inspiration

„LEADER on my SHIP“ – Führe dich selbst, sonst folgt dir keiner!

„Leadership“ beginnt bei mir. Nur wenn wir echte Profis in Sachen Selbstführung sind, werden wir von anderen als Führungspersönlichkeit anerkannt. Stefanie Voss ist überzeugt davon, dass jeder von uns führen kann. Wir können unser Leben schließlich nicht „nicht führen“.

Anhand vieler Erlebnisse während ihrer Weltumsegelung stellt sie die drei **Prinzipien** erfolgreicher Selbstführung auf. Setzen wir imaginär die Segel und begleiten sie in den Mikrokosmos eines 20-Meter-Schiffes während ihrer Atlantiküberquerung.

Auf engstem Raum wird schnell klar, dass Führung nur gelingt mit:

- klarer Kommunikation und klaren Zielen
- der Fähigkeit, sich mit äußeren Gegebenheiten zu verbünden, anstatt diese zu bekämpfen
- der Bereitschaft zu ständiger Anpassung und Veränderung

Lassen wir uns inspirieren und nehmen wir das Steuer unseres Lebens selbst fest in die Hand.

Stefanie Voss

17:00 ■ Zeit für SICH! Relaxen, Seele baumeln lassen ...

ca. 18:30 Special für Sie:



Latin Night mit Claudia Carbo

„*Latino-Charme, schwungvolle Performance, musikalische Leidenschaft und sinnliche Ausstrahlung der südamerikanischen Sängerin ...*“, schwärmt die Presse.

Bossa Novas, Boleros, Tangos, Tapas und Drinks!

Lassen wir uns verzaubern!



7:00 Fit in den Morgen – The same procedure ...
Wir laden Sie zum morgendlichen Joggen bzw. Walken im Park mit unseren Laufcoaches ein (ca. 40 Minuten) – natürlich freiwillig

8:30 Tausche Abendessen gegen Coaching
Etwas Neues? Ja! Die Praxis zeigt, dass statt gut gemeinter Ratschläge häufig Fragen besser weiterhelfen. Dr. Katja Kruckeberg hat es selbst ausprobiert und festgestellt, dass wir uns gegenseitig noch mehr unterstützen können.

- Mehr Kooperation statt Konkurrenz
- Neue Perspektiven für innovative Ideen

Dr. Katja Kruckeberg Sie ist für ihr Projekt für den **emotion-award** „Frauen für die Zukunft“ nominiert!

9:00 Mitreißend und interaktiv
Ihr kreativer Kick am Morgen – Frische Ideen mit kreativem Denken
Früher hieß es: „Es gibt die Genies und es gibt die anderen!“ Das ist überholt, denn jeder kann kreativ sein. Kreative Köpfe sind heute überall gefragt. Das gilt nicht nur für Designerbüros, denn häufig soll in unerwarteten Situationen improvisiert und kreative Lösungen sollen „herbeigezaubert“ werden. Gibt es ein Rezept für Kreativität? Wie nutzt man dieses am besten? Jiri Scherer lässt Sie quer denken und hoch fliegen. Und oft auch laut lachen. Erleben Sie, wie einfach es sein kann, auf neuartige Ideen zu kommen.

- Das Denken in Mustern und Querdenken
- Die Systematik der Kreativität
- Es gibt immer mehrere Lösungsmöglichkeiten!

Jiri Scherer Sie werden sehen: Im Rückblick scheint jede Idee logisch!

09:45 ■ Erfrischungs- und Vitalpause

10:15 Kompetenz-Arbeitskreise (6–9)

Jiri Scherer	Huch, ich bin ja kreativ	(6)
Gerda Bender	Fit von 9 bis 6 – Selbst- und Zeitmanagement – anders!	(7)
Regina Först	Ihre Ausstrahlung – Das Geheimnis persönlicher und beruflicher Erfolgskraft	(8)
Stefanie Voss	Feedback – Eine Königsdisziplin der Kommunikation	▶ (9)

12:45 ■ Kommunikations-Lunch und Zeit zum Auschecken

13:45 Kompetenz-Arbeitskreise (11–14)

Gerda Bender	Sprachliche Kompetenz – ein Gewinn für SIE!	(11)
Regina Först	Mehr Power für mein ICH!	▶ (12)
Oliver Schilling	Wir, die „Digital Natives“, geb. nach 1979	(13)
Lilli Wilken	Keep cool – Mit Achtsamkeit zu mehr Gelassenheit	(14)

▶ **Kompetenz-Arbeitskreise (10 u. 15)**

Think Future

Werden Sie zur Vordenkerin einer neuen Generation von Senior Assistentinnen – die nicht nur managen, was **war**, sondern entwickeln, was sein **wird**!

Teil 1 – 09.5.2014: 10.00–12.15

1. Das Prinzip der kreativen Kooperation
2. Das System des Buddy-Coachings

Teil 2 – 09.05.2014: 13.15–15.30

1. Das GROW-Modell Coaching
2. Das Pareto-Coaching
3. Das Stärken-Coaching

Dr. Katja Kruckeberg Um diesen Arbeitskreis kraft- und energievoll zu gestalten, ist die Teilnehmerzahl auf 10 begrenzt.

16:00 ■ Mini-Energiepause

Wir lassen die Kompetenztage Revue passieren und gemeinsam ausklingen. Wir verabschieden uns mit einer Tombola mit schönen Preisen, Kaffee, süßen Leckereien und Talk ...

17:00 Wir sagen DANKE und Tschüs, wünschen eine schöne Sommerzeit und freuen uns auf ein gesundes Wiedersehen 2015!

*Jiri Scherer
Huch, ich bin ja kreativ*



Allen Teilnehmerinnen der Kompetenztage schenken wir die Bücher „Tausche Abendessen gegen Coaching“ von Katja Kruckeberg erschienen im Kösel-Verlag und „Raus aus der Grübelfalle!“ von Nicola Fritze erschienen im südwest-Verlag.

Kompetenz-Arbeitskreise

1 Ihr Masterplan für mehr Motivation

Sie erarbeiten effektive Methoden für mehr Leistungsstärke und Lebensfreude. Am Ende des Workshops besitzen Sie einen individuellen Masterplan, mit dem Sie Ihre Herausforderungen in Beruf und Alltag souverän meistern können. Sie entdecken u. a. folgende Methoden:

- ProControl – Der sichere Weg, damit aus Visionen Wirklichkeit wird
- Hemingways Wegbegleiter – Der Klassiker der Kreativen für clevere Lösungsstrategien
- Kita-Prinzip – Fünf einfache Schritte für mehr Lebensenergie
- Musketier-Methode – Das bewährte System für mehr Selbstdisziplin
- Kraftbaum – Das verblüffende Geheimnis für mehr Gelassenheit

Rolf Schmiel

2 Raus aus der Grübelfalle

Denk- und Verhaltensroutinen einfach ändern? Hört sich verlockend an. Aber einfach? Nehmen wir mit unseren inneren Engelchen und Teufelchen Kontakt auf und verstehen, welche guten Absichten diese jeweils mit uns haben. Danach übernehmen WIR die Regie, anstatt uns von inneren Stimmen verführen zu lassen.

- Hör mal, wer da spricht: So nehmen Sie Kontakt zu Ihrem Innenleben auf
- Das geht doch gar nicht? So lösen Sie hinderliche Glaubenssätze auf
- Wort für Wort – So trainieren Sie Ihre Flexibilität im Kopf

Wir lösen diese scheinbar unlösbare Aufgabe, trainieren Ihre Flexibilität im Denken und Handeln mit vielen Übungen. So entkommen Sie erfolgreich Ihrer Grübelfalle!

Nicola Fritze

3 „Easy energy“: Entspannt – gelassen – hellwach

„Heute drehe ich mich nur um mich selbst!“ Nichts funktioniert, nichts bewegt sich. Wir wünschen uns dann nichts sehnlicher, als die eigene Mitte wiederzufinden und klar das eigene Denken und Handeln zu beherrschen. In diesem maßgeschneiderten Qigong-Arbeitskreis erlernen Sie einfache und schnelle Hilfen für Ihren Balanceakt. Vitalisierend und zugleich beruhigend bewirkt Qigong für Sie echtes Wohlbefinden für einen hellwachen Tag.

- Lockern Sie den Körper mit sanften Bewegungen
- Beruhigen Sie Ihren Geist und Ihre Gedanken
- Lösen Sie Blockaden und erleben körperliche Harmonie in ihrer frischesten Art.

Frauke
Bothe-Anstaedt

4 „Generation Y“ – Digital Natives – Eine neue Herausforderung für SIE!

Sie erleben das Selbstverständnis und die Aufbruchsstimmung dieser Generation Y (geboren nach 1979), die gut ausgebildet, total vernetzt und kreativ, Spaßvoll und risikofreudig, anspruchsvoll und immer online einen massiven Wandel des gesellschaftlichen Gefüges und der Arbeitskultur bewirken wird. Wie passt das zusammen? Worauf müssen Sie sich als erfahrene Assistentin einstellen?

Wie verändert sich die Zusammenarbeit mit den Vorgesetzten?

- Lernen Sie die „I-Pod-Generation“ verstehen
- Nutzen Sie die Stärken der Generation Y für sich und das Team
- Profitieren Sie von der Kompetenz dieser jungen Generation

Oliver Schilling

5 „Erkenne dich selbst“ Spiegel der Persönlichkeit

Gut und wertschätzend miteinander leben und arbeiten, wollen wir das nicht alle? Nur jeder ist anders gestrickt und da kann es „holperig“ werden. Lernen wir die Facetten und Eigenarten von uns selbst und anderen kennen und verstehen. Dies führt zu hervorragender Menschenkenntnis und zu verständnisvollem Einfühlungsvermögen.

- Entdecken Sie eingeschliffene Routinen
 - Erkennen Sie die typischen „Fallen“
 - Gehen Sie empathisch mit sich selbst und anderen um
- Sie werden sehen, dass das, was Sie manchmal „in den Wahnsinn zu treiben“ schien, Sie jetzt ganz entspannt angehen werden!

Lilli Wilken

6 Huch, ich bin ja kreativ ...!

Könnte dieser Satz von Ihnen sein: „Ich bin halt nicht so die Kreative!“. Falls ja, dann erleben Sie in diesem Workshop, wie Sie Ihre persönliche Kreativität aktivieren können. Wir spielen zwei etwas verrückte Kreativitätsmethoden an kleinen Beispielen durch. Lernen Sie auch die Methode der „Six Thinking Hats“ kennen, um Situationen und Themen aus unterschiedlichen Perspektiven zu betrachten. Spaß ist garantiert!

- Mit Methode zu neuen Ideen kommen
 - Eigene Kreativität erleben
 - Etwas aus unterschiedlichen Blickwinkeln betrachten
- Erleben Sie den „Wow-Effekt“!

Jiri Scherer

7 Fit von 9 bis 6

Selbst- und Zeitmanagement – anders!

Wir sind flexibel, haben unseren Tages- und Zeitplan im Griff. Doch dann gibt es plötzlich unverschiebbare Notwendigkeiten, die sofort erledigt sein sollten. Natürlich schaffen wir das auch, natürlich „händeln“ wir Störungen und Unvorhergesehenes souverän – wenn wir „gut drauf“ sind! Wenn nicht, kosten uns diese Alltagssituationen viel Kraft. Was tun – weggucken geht nicht, also: Packen wir es an!

- Bündeln Sie Ihre Konzentration
- Bleiben Sie vital und lebensfroh
- Gewinnen Sie Ihre Leichtigkeit zurück

Entdecken Sie Ihr Selbstmanagement neu, überwinden Sie innere Widerstände und bleiben Sie leistungsstark!

Gerda Bender

8 Ihre Ausstrahlung –

Das Geheimnis persönlicher und beruflicher Erfolgskraft

„Wie wirke ich? Warum ziehen andere trotz meiner Kompetenz an mir vorbei? Wie begeistere ich? Und vor allem, wie schaffe ich es, von mir selbst begeistert zu sein? Erfahren Sie, wie viel Freude es bereitet und wie einfach es ist, durch Ausdruck Eindruck zu machen.“

- Spieglein, Spieglein an der Wand ...
- Das äußere Erscheinungsbild: Wirkung schafft Wirklichkeit
- Eigene Ausstrahlung selbstbestimmt leben
- Stil ist Stimmigkeit: Catwalk vor dem Spiegel
- Tipps zum stimmigen Kleidungsstil
- Farben wirken und bewirken

Wer Kleidersprache und Farbsprache versteht – versteht auf einer tieferen Ebene (R. Först)

Regina Först

9 Feedback – eine Königsdisziplin der Kommunikation

Feedback ist das Fundament unserer Selbstwahrnehmung. Wir bekommen und geben Feedback täglich, gewollt und ungewollt, gelungen und misslungen, passend und unpassend. Was Feedback auszeichnet und wie wir es gekonnt einsetzen, das erarbeiten wir gemeinsam – und setzen es auch direkt praktisch um:

- Wie ist gutes Feedback aufgebaut?
- Wie und wann kann ich konstruktiv Feedback geben?
- Wie kann ich Feedback für meine Entwicklung nutzen? Erweitern Sie Ihre Feedback-Kompetenz, denn Feedback ist eine Königsdisziplin der Kommunikation.

Stefanie Voss

11 Sprachliche Kompetenz – ein Gewinn für SIE!

Sie kennen die Situation: Sie wissen genau, WAS Sie sagen wollen – doch das WIE lässt Sie zögern! Wir wollen keine Kommunikationskiller – das erzeugt immer den Bumerangeffekt –, sondern souveräne verbale Selbstbehauptung. Lassen Sie uns das WIE gemeinsam erarbeiten.

- Lernen Sie, wie Sie sich Gehör verschaffen
- Erkennen Sie die Türöffner der Kommunikation
- Übernehmen Sie kommunikative Selbstverantwortung

Gerda Bender Ihre eigenen Fallbeispiele – wir lösen diese gemeinsam!

12 Mehr Power für mein ICH!

Wie gelingt ein selbstbestimmtes Leben? Wer ist für mein Glück zuständig? Wie gut bin ich in Kontakt mit meinen Stärken und Talenten? Eines ist klar: „Wer wirklich leben will, muss sich für sich selbst entscheiden!“

- Stehen Sie für sich ein, ohne gegen andere zu kämpfen
- Aktivieren Sie die Kraft der Gedanken und Überzeugungen als Erfolgsmotor
- Kennen und leben Sie Ihre Vision

Regina Först Das Ergebnis: eine **1 in Glück!**

13 Die „Digital Natives“ – geboren nach 1979

Sie gehören zur Generation Y und möchten in Ihrem Berufsleben richtig Gas geben. Ihr Engagement, Ihre Flexibilität und Ihr Multitalent stoßen nicht immer auf Gegenliebe. Verkrustete Organisationen, verständnislose Vorgesetzte und Kollegen sind nur einige Punkte, die Ihnen im Weg stehen. Wir zeigen Ihnen:

- wie Sie Ihre Fähigkeiten im Team am besten einsetzen
- was Ihnen moderne Unternehmen bieten können
- wie Sie die Sprache der Vorgesetzten verstehen und zur perfekten Unterstützung werden

Oliver Schilling Profitieren Sie von dem Know-how aus der Praxis!

14 Keep cool – Mit Achtsamkeit zu mehr Gelassenheit

Sicher kennen auch Sie Menschen, die sich nicht durch noch so turbulente Begebenheiten und Situationen beeinflussen lassen und durch nichts zu erschüttern sind? Sie haben das, was vielen von uns fehlt: Gelassenheit!!! Trainieren Sie dies mit neuen Handlungsalternativen!

- Entdecken Sie Ihren „Autopiloten“, der Sie aus der Ruhe bringt
- Begegnen Sie sich selbst mit neuer Achtsamkeit
- Setzen Sie mit Humor Veränderungen in Gang

Lilli Wilken Nehmen Sie praktische und sofort umsetzbare Tipps mit.

► Kompetenz-Arbeitskreise 10 und 15

Think Future

Werden Sie zur Vordenkerin einer neuen Generation von Senior-Assistentinnen – die nicht nur managen, was war, sondern entwickeln, was sein *wird!*

Teil 1 – 09. 05. – 10.00 – 12.15 Uhr

Der gesellschaftliche Wandel der letzten 50 Jahre fordert uns auf, kreativer als bisher miteinander zu kommunizieren, um den Anforderungen des immer schneller und komplexer werdenden Unternehmensalltags gerecht werden zu können. Um Ihren „Marktwert“ nicht nur zu erhalten, sondern Ihre Positionierung weiter zu schärfen, müssen Sie neue Wege gehen. In Ihrer Rolle als Senior-Assistentin sind Sie mit vielen Herausforderungen konfrontiert. Um diese auch in der Zukunft mit Bravour zu lösen, gilt es Ihre kommunikativen Fähigkeiten weiter auszubauen. Lernen Sie das Prinzip der kreativen Kooperation und das – ursprünglich für Führungskräfte entwickelte – System des Buddy-Coachings kennen. Was Unternehmen in der Zukunft brauchen, sind Senior-Assistentinnen mit Leadership-Potenzial, die durch ihre kommunikativen Fähigkeiten die Dinge für ihr Unternehmen vereinfachen, anstatt weiter zu komplizieren, die anderen helfen, sich zu entwickeln, statt zu stagnieren. Mit den Tools aus dem Buddy-Coaching ausgestattet, werden Sie zur Senior-Assistentin, die sowohl aus Sicht des Chefs als auch aus Sicht der Kolleginnen einen besonderen Beitrag zur Wertschöpfungskette leistet.

Teil 2 – 09. 05. – 13.15 – 15.30 Uhr

Wie Goethe schon hervorhob: „Es ist nicht genug zu wissen – man muss auch anwenden. Es ist nicht genug zu wollen – man muss auch tun.“ Johann Wolfgang von Goethe (1749–1839).

Sie erhalten konkrete Tools aus dem Buddy-Coaching, um sich im Alltag als Senior-Gesprächspartnerin zu beweisen. Unser Schwerpunkt liegt auf dem TUN – sprich dem Umsetzen des Gelernten. Konkret haben Sie die Möglichkeit, drei Formen des Coachings auszuprobieren:

- Das GROW-Modell Coaching: Lernen Sie das Grundlagen-Modell guten Coachings kennen. Werden Sie zur Senior-Gesprächspartnerin, die anderen zu mehr Klarheit und größerer Motivation verhilft (sei es Ihrem Chef, Ihren Kolleginnen oder auch den Menschen, die Sie lieben)
- Das Pareto-Coaching: Setzen Sie die richtigen Prioritäten im Alltag – Verhelfen Sie Ihrem Chef / Ihren Kolleginnen durch kluges Coaching zwischendurch zu einem effizienteren Arbeitsalltag
- Das Stärken-Coaching: Helfen Sie sich und anderen Ihre Stärken in den Mittelpunkt Ihres Arbeitslebens zu stellen.

P.S. „Absolut zukunftsweisend! Das Kolleginnen-Coaching wird aus dem (Unternehmens-)Alltag bald nicht mehr wegzudenken sein.“
Inger Buus, Vice President of Mannaz' Leadership Inst., London

Alle Teilnehmerinnen des Arbeitskreises erhalten das Buch von Dr. Katja Kuckeberg zusätzlich auch für eine Kollegin oder Freundin als Geschenk.

Diese beiden Arbeitskreise bauen aufeinander auf und sind als Einheit zu buchen.

Wiesbaden im Mai



Tagen in entspannter Atmosphäre

Im Herzen von Wiesbaden – genannt „Nizza des Nordens“ –, umgeben von ruhigen Parklandschaften, vereint das Dorint Pallas Wiesbaden alle Annehmlichkeiten eines 5-Sterne-Hotels. Genießen Sie nach einem inspirierenden Seminartag z. B. Entspannung in der finnischen Sauna, dem Dampfbad oder dem Caldarium.

Dr. Katja
Kuckeberg

Ihre Business-Experten



Gerda Bender ist Sportwissenschaftlerin, Geografin, NLP-Lehrtrainerin, autorisierte DISG-Trainerin, selbstständige Trainerin und Coach mit den Schwerpunkten Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung. Ihre Seminare, Workshops und Coachings zeichnen sich durch hohe Professionalität und motivierende Leichtigkeit aus.



Frauke Bothe-Anstaedt studierte geologische Geographie an der TU Darmstadt. Ihre Ausbildung zur Qigong – Trainerin absolvierte sie 2004 im Shaolin-Tempel in Wien, sie ist Coach und Trainerin für Energie- und Stressmanagement, vermittelt aktuelle Inhalte und Methoden nicht nur praxisnah, sondern immer mit viel persönlichem Engagement und Wertschätzung. Sie ist Mutter von 6 Kindern.



Regina Först studierte Textilbetriebswirtschaft, war Verkaufsleiterin und Personalchefin. 1989 gründete sie ihr eigenes Unternehmen. Mittlerweile gehört sie zu den Top-Speakern der Wirtschaft. Ihre Schwerpunktthemen: Authentizität, Klarheit und Stärke. 2004 gründete sie mit Freunden den Verein „Heute ist ein Lächeltag e. V.“, der Menschen in Not hilft. Ihr Bestseller: „Die 7 Business-Gebote – people fürst“.



Nicola Fritze zählt seit 2001 zu den Top-Speakern in Deutschland, Österreich, der Schweiz. Ihre akademische Basis sind Pädagogik und Organisationspsychologie sowie stetige Fortbildungen (Business-Coaching). Mit mehr als 3 Millionen Downloads ist Nicola Fritze die bedeutendste Podcasterin zum Thema Motivation im deutschsprachigen Raum. www.nicolafritze.de – siehe auch den kostenlosen Video-Podcast „Fritze-Talk“.



Dr. Katja Kruckeberg ist eine international anerkannte Expertin auf dem Gebiet der stärkenorientierten Persönlichkeitsentwicklung. Als Coach und Trainerin begleitet sie weltweit Führungskräfte und deren Teams, optimale Ergebnisse für sich und andere zu erzielen. Für Ihre Ideen des „kreativen Ideen-Sharings“ ist sie aktuell von der Zeitschrift EMOTION als Impulsgeberin für den renommierten emotion-Award 2014 nominiert.



Jiri Scherer, Betriebswirt, Kreativitätstrainer, Innovationsberater und Keynote-Speaker, Gastdozent an mehreren Hochschulen. Er ist Preisträger des “New Entrepreneurs in Technology and Science Awards” der Gebert RUF Stiftung, Autor von vier Büchern zum Thema Kreativität, Innovation und Simplicity, Partner der Firma Denkmotor in Zürich.



Oliver Schilling, Changemanager in einem Dax-Unternehmen, Studium der Betriebswirtschaftslehre, Ausbildung im Bankwesen. Sein breites Erfahrungsspektrum reicht vom Automobilsektor über das Bankwesen bis zur Medienwelt. Er legt besonderen Wert auf unternehmerische Produktivität, vereint mit menschlichen Umgangsformen.



Rolf Schmiel, Dipl.-Psych, seit 1999 begeistert er mit seinen wissenschaftlich fundierten und praxisnahen Erlebnisvorträgen, einem Mix aus Motivation, Spaß und Wirtschaftspsychologie. Als Redner spricht er jährlich vor tausenden Tagungsteilnehmern. Zu seinen Kunden gehören eine Vielzahl von Unternehmen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz. Er ist Autor mehrerer Bücher und Hörbücher.



Stefanie Voss ging mit 16 Jahren als Schülerin nach USA, mit 23 für ihren Arbeitgeber nach Argentinien, und mit 25 heuerte sie auf einem Segelschiff an, um die Welt zu umrunden. Bereits mit 31 Jahren wurde sie Abteilungsleiterin in einem Dax-Konzern. Heute ist sie international erfolgreich als Moderatorin, Keynote-Speaker, Consultant und Coach. Ihre Schwerpunktthemen: Kommunikation & Leadership.



Lilli Wilken war einige Jahre selbstständige Kauffrau. Sie ist seit 1996 selbstständige Trainerin, Karriereberaterin und Coach. Ihre Trainings- und Coachingschwerpunkte sind u. a.: Auftreten, Ausstrahlung und Körpersprache, Business-Etikette und -Outfit, Psychologie im Office, Konfliktmanagement; sie ist zertifizierte Enneagramm-Lehrerin, Dozentin an verschiedenen Fachhochschulen und Autorin von Fernlehrgängen.

Anmeldung

Bitte faxen Sie an: +49 611 2049472

Hiermit melde ich mich verbindlich an:

Wiesbadener Kompetenztage 2014

08. – 09. Mai 2014

Ich möchte an folgenden drei Arbeitskreisen teilnehmen:
(Bitte kreuzen Sie in jeder Reihe einen Arbeitskreis an.)

1	<input type="checkbox"/>	2	<input type="checkbox"/>	3	<input type="checkbox"/>	4	<input type="checkbox"/>	5	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	7	<input type="checkbox"/>	8	<input type="checkbox"/>	9	<input type="checkbox"/>	10	<input type="checkbox"/>
11	<input type="checkbox"/>	12	<input type="checkbox"/>	13	<input type="checkbox"/>	14	<input type="checkbox"/>	15	<input type="checkbox"/>

Zusätzlich möchte ich am Thomas-Eberl-Power-Seminar teilnehmen:
„Balance zwischen Höchstleistung und Wohlbefinden“ 07. 05. 2014

Ich möchte nur an dem Thomas-Eberl-Power-Seminar teilnehmen:
„Balance zwischen Höchstleistung und Wohlbefinden“ 07. 05. 2014

Ich möchte das Coaching mit Lilli Wilken nutzen

Vorname, Name

Firma / Branche

Abteilung / Funktion

Straße

PLZ / Ort

Telefon

Fax

USt-ID-Nr. (Bitte unbedingt angeben für Ihre Rechnung.)

Bitte senden Sie mir Informationen über zukünftige Veranstaltungen per E-Mail an:

E-Mail

Mitarbeiter/innen im Unternehmen:

1–20 21–50 51–100 101–500 501–1000 >1000

Datum, Unterschrift

Hotel

Dorint Pallas Wiesbaden
Auguste-Viktoria-Str. 15
65185 Wiesbaden

T. +49 (0) 611 3306-0
F. +49 (0) 611 3306-1000

EZ Ü/F: 147,- Euro



Bitte reservieren Sie Ihr Zimmer direkt beim Hotel bis zum **26. März 2014** und rechnen Sie bitte direkt mit dem Hotel ab. Bei Ihrer Buchung beziehen Sie sich bitte auf das Abrufkontingent „**Wiesbadener Kompetenztage 2014**“.

Beachten Sie bitte, dass dieses Kontingent danach ausläuft. Bitte legen Sie bei Anreise im Hotel Ihre Kreditkarte vor.

Preis

Die Teilnahmegebühr für diese Veranstaltung inkl. Dokumentation, Buchgeschenken, Kaffee- und Vitalpausen, Tagungsgetränken, zwei Mittagessen und des attraktiven Abendprogrammes beträgt 1.680,- Euro zzgl. ges. MwSt. pro Person (für Kongress + Power-Seminar 2.090,- Euro zzgl. ges. MwSt. pro Person) und ist nach Erhalt der Rechnung fällig.

Sonderkonditionen:

Anmeldung bis zum **12. 02. 2014**

15 % Rabatt oder 2 Übernachtungen im Tagungshotel
(bei Anmeldung nur für das Power-Seminar erhalten Sie 10 % Rabatt).

Anmeldung bis zum **05. 03. 2014**

1 Übernachtung im Tagungshotel

(bei Anmeldung nur für das Power-Seminar erhalten Sie 10 % Rabatt).

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung. Stornierungen (nur in schriftlicher Form) sind bis 28 Tage vor Veranstaltungsbeginn kostenfrei möglich. Danach wird die volle Teilnahmegebühr fällig. Gerne akzeptieren wir jederzeit eine/n Ersatzteilnehmer/in. Sollten Sie bis um 12.00 Uhr des ersten Veranstaltungstages feststellen, dass die Veranstaltung nicht Ihren Erwartungen entspricht, erhalten Sie die volle Tagungsgebühr abzüglich der Tagungspauschalen zurückerstattet. Bei kurzfristigen Änderungen durch höhere Gewalt, Krankheit oder Unfall eines Referenten sowie durch sonstige von hm.cc nicht zu vertretende Umstände wird unter Ausschluss jeglicher Schadensersatzforderungen ein/e andere/r qualifizierte/r Trainer/in benannt. Die Kongressdokumentation darf ohne schriftliche Zustimmung von hm.cc weder reproduziert noch an Dritte weitergeleitet werden. Wenn Sie künftig unsere Angebote nicht mehr erhalten möchten, können Sie bei uns der Verwendung Ihrer Daten für Werbezwecke widersprechen. Teilen Sie uns dies bitte schriftlich mit Ihrer Adresse mit.

Bitte senden Sie das nebenstehende Anmeldeformular per Brief, Mail oder Fax an:

hm.cc

Heidi Mathias
Postfach 3311
65023 Wiesbaden

Tel.: +49 (0) 611 2049471
Fax: +49 (0) 611 2049472
hm@heidi-mathias.de
www.heidi-mathias.de