

Selbst-Bewusst-Sein (in der Zusammenarbeit)

*Wirksamkeit beginnt dort, wo Menschen bei sich bleiben,
während sie in Beziehung sind.*

Der berufliche Alltag ist geprägt von Zusammenarbeit, Abstimmung und gemeinsamen Entscheidungen. Wie wir dabei handeln und wie wir wahrgenommen werden, entsteht nicht nur aus fachlicher Kompetenz, sondern aus dem Zusammenspiel von innerer Haltung, Kommunikation und situativem Verhalten.

Selbst-Bewusst-Sein beschreibt die Fähigkeit, das eigene Denken, Fühlen und Handeln im Kontakt mit anderen bewusst wahrzunehmen und einzuordnen.

Konflikte werden im Arbeitsalltag häufig als belastend oder hinderlich erlebt. Gleichzeitig sind sie ein normaler Bestandteil gemeinsamer Arbeit in komplexen Organisationen. Das Seminar vermittelt ein sachliches Verständnis dafür, wie **Konflikte** entstehen, warum sie sich zuspitzen können und wie sie durch bewusste **Selbst- und Fremdwahrnehmung** konstruktiv bearbeitet werden können.

Im Mittelpunkt steht, wie persönliche Denk- und Reaktionsmuster in Interaktionen wirksam werden und Zusammenarbeit beeinflussen.

Der Nutzen aus dem Selbst-Bewusst-Sein ist:

- Klarheit über die eigene Wirkung in Zusammenarbeit
- mehr innere Stabilität in herausfordernden Gesprächs- und Entscheidungssituationen
- ein realistisches Verständnis von Konflikten im Arbeitskontext
- die Fähigkeit, auch bei unterschiedlichen Interessen handlungsfähig zu bleiben

Inhalte sind:

- *Das eigene Rollenverständnis in Zusammenarbeit
Wie Verhalten, Kommunikation und Erwartungen im Kontakt mit anderen entstehen und wirken.*
- *Emotionale Sicherheit im Arbeitskontext
Welche Rahmenbedingungen Zusammenarbeit erleichtern und welchen Beitrag jede Person selbst leisten kann.*
- *Konflikte in komplexen Organisationen
Warum Konflikte weder linear noch eindeutig sind und welche Dynamiken sie beeinflussen.*
- *Umgang mit Zielkonflikten und Spannungen
Unterschiedliche Anforderungen, Interessen und Werte sachlich einordnen und aushalten.*

Referenten:

Anne-Cristin Rokahr:

Business | Leadership & Mindset Coach | Kulturentwicklung im Unternehmenskontext

31 Jahre Unternehmerin davon 18J. Beratung und Begleitung im Mittelstand, Aufsichtsrätin, Impulsgeberin.

Schwerpunkt: Weiterentwicklung von: Präsenz, Persönlichkeit und Wirkung. Reflexion von Mindset im Leadership durch Supervision, Kommunikationsberatung und Kulturentwicklung, als Inhouse - Online - Präsenztrainings und Ausbildungen.

Dr. Guido Kremer:

Mediator | Kommunikationsexperte Leadership | Geschäftsführer | Maschinenbauingenieur

29 Jahre Praxiserfahrung als Ingenieur, Projektleiter, Abteilungsleiter und Geschäftsführer

Schwerpunkt: Aufbau und Organisation von handlungsfähigen Organisationen, Abteilungen und Projektteams sowie deren Unterstützung und Begleitung in der Praxis durch Fachexpertise, Strukturierung, Kommunikationsberatern, Mentoring, Leadership und Kulturentwicklung.