

Persönlichkeit und Führungsverhalten

Persönliche Verhaltensmuster verstehen

Einführung

Wie oft rennen wir im Berufsleben gegen die immer gleiche unsichtbare Wand? Viele fragen sich das und spüren;irgendetwas treibt mich und hemmt zugleich. Warum reagiere ich ungehalten, wenn andere Fehler machen? Warum muss ich immer der Beste sein? Warum überlasse ich anderen das Feld? Warum kann ich nie nein sagen? Mithilfe der Transaktionsanalyse (TA) finden Sie die Antworten und endlich auch konkrete Handlungsalternativen.

Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte aller Bereiche, die ihre innere Persönlichkeitsstruktur kennen lernen und bewusst nutzen wollen.

Ihr Nutzen

Mit der Transaktionsanalyse identifizieren Sie prägende Erfahrungen für Ihr Denken und Handeln und sind in der Lage, persönliche Kommunikationsmuster besser zu verstehen. Sie erkennen, was Sie antreibt und was Sie bremst. Sie verstehen Ihre Persönlichkeit und Ihren Führungsstil.

Inhalt

Selbst- Bewusstsein

- Das Persönlichkeitsmodell der TA
 - *wie sich innere Strukturen auf Ihr persönliches Verhalten auswirken*
 - *wie unbewusste Antreiber und Bremser Ihre Handlungsfreiheit reduzieren*
- Das Kommunikationsmodell der TA
 - *weshalb wir oft aneinander vorbei reden*
 - *den idealen Zugang zum Gesprächspartner finden*
 - *wie sich Ihre innere Haltung auf Gesprächsverläufe auswirkt*
- Das Rollenmodell der TA
 - *Unbewusste, immer wiederkehrende Spiele erkennen*
 - *Gelernte Rollen und Potenziale nutzen – Konflikte konstruktiv Beenden*



Inhalt

Innere Identität und Skriptanalyse

- Das Skript der Persönlichkeit
 - *Wie zeigt sich ein Skript in der professionellen Beziehung? Welchen Beziehungsraum benötigt eine professionelle Skriptarbeit? Welche Haltung und welche Beziehungsangebote befördern eine Skriptveränderung?*

Glaubenssätze/Grundüberzeugungen

- Wie funktionieren sie und warum sind sie so "hartnäckig"? Wie entfaltet sich das Skript in einem System, das Spontaneität, Gesundheit, Handlungsoptionen und Beziehungen beeinträchtigt? Wo befinden sich die Veränderungszugänge?

Selbstentwicklung

- Neues Skript als Ressource
 - *Welche Haltungen und Muster finden sich in einem konstruktiven Skript?*
 - *Wie entsteht ein kohärentes Gleichgewicht zwischen Kopf-Körper-Seele?*
 - *Die Befreiung von „inneren Richtern“*
 - *Innere Anteile der Unterstützung und Selbstwertschätzung aufbauen*
 - *Selbstmitgefühl nach Kristin Neff als Selbstentwicklungskompetenz*
 - *Eine wertschätzende innere Grundhaltung entwickeln – sich selbst und anderen gegenüber*

Methodik

Trainer- Input, Methoden der TA sowie Skulptur- und Aufstellungsarbeit, Gruppendynamik, Gruppenarbeit, Supervision, kollegiale Beratung, Praxissimulation, Ambivalenzarbeit, EGO-State-Methode

