

# Newsletter

Systembalance – Tobias Wilbrand

Newsletter 01/11

Ausgabe vom 30.01.2011

Sehr geehrter Damen und Herren,

## TOPICS:

[01: Darstellungsprobleme?](#)

[02: Seminarreihe startet - noch Plätze frei](#)

[03: Kommunikation auf Augenhöhe – Kommunikationstraining nicht nur für den Beruf](#)

[04: Mein Leben in meiner Hand - Handlungsspielräume zurückgewinnen, Ziele verwirklichen](#)

## Darstellungsprobleme?

Wenn Ihr Mailingprogramm nicht für html-Nachrichten eingestellt ist, können Sie diesen Newsletter im Originalformat im angehängten PDF-Dokument einsehen.

[nach oben](#)

## Seminarreihe startet - noch Plätze frei

Anfang des Jahres habe ich in einem Newsletter bereits meine erste eigene Reihen offener Seminare angekündigt. Nun ist es soweit.

Am **05.03.** starten wir mit dem Thema **Kommunikation auf Augenhöhe** und am **16.04.** folgt **Mein Leben in meiner Hand**.

Für beide Termine sind noch Plätze frei. Anmeldeschluss ist jeweils vier Wochen vor Beginn des Seminars. Ich freue mich auf ein Wiedersehen.

Anmeldungen nehme ich gerne auch per Mail an.

*Tobias Wilbrand*

[wilbrand@systembalance.net](mailto:wilbrand@systembalance.net)

[nach oben](#)

## Kommunikation auf Augenhöhe – Kommunikationstraining nicht nur für den Beruf

### Inhalt:

- Fühlen Sie sich in Ihrer beruflichen oder privaten Kommunikation häufig unsicher?
- Haben Sie Interesse daran, Ihren Standpunkt klar vertreten zu können, ohne in persönliche Machtkämpfe und unnötige Auseinandersetzungen verwickelt zu werden?
- Wollen Sie lernen, sich überzeugend und verbindlich auszudrücken?

- Wollen Sie in der Zukunft beruflich oder privat souveräner und erfolgreicher kommunizieren?
- Oder suchen Sie nach einer Möglichkeit, sich einfach nur einen Überblick über Grundlagen und Techniken erfolgreicher Kommunikation verschaffen zu können

**Dann ist dieses Seminar das Richtige für Sie:**

Im ersten Teil stelle ich Ihnen zunächst die wichtigsten Modelle zur Beschreibung von Kommunikationsprozessen vor und erläutere anhand von Übungen und inhaltlichen Vertiefungen, wie diese Modelle Ihr Verständnis von Kommunikation verbessern können. Im zweiten Teil beschäftigen wir uns mit den emotionalen Aspekten von Kommunikation. Dabei geht es vor allem um einen positiven Beziehungsaufbau als Grundlage für gute und erfolgreiche Kommunikation. Der Schwerpunkt liegt dabei auf dem Modell des Pacings und Leadings.

Im dritten Teil werden wir dann auf Instrumente und Techniken der drei Bereiche von Kommunikationssteuerung eingehen: dem Zuhören, dem Fragen und dem Reden.

*Techniken:*

Meine Vorträge verbinde ich mit Kleingruppenübungen, Fragebögen, Diskussionsrunden, Erfahrungsaustausch und vor allem Videoanalysen von Rollenspielen zur Vertiefung und Auflockerung des Tagesprogramms.

*Material:*

Mit Abschluss des Seminars erhalten Sie einen umfangreichen Reader, ein Abschlusszertifikat und eine Steuerbescheinigung. Auf Wunsch sende ich Ihnen außerdem die aufgenommenen Videosequenzen auf CD nach.

Termin: 05.03.2011

Uhrzeit: 9.00 – 18.00 Uhr

Ort: TaunusTagungsHotel GmbH Lochmühlenweg 361381 Friedrichsdorf  
[www.taunustagungshotel.de](http://www.taunustagungshotel.de)

Teilnehmerzahl: 8 - 15

(Die Seminar können erst ab einer Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen stattfinden)

Preis: 150 € inkl. Verpflegung

Anmeldeschluss: 04.02.2011

[nach oben](#)

**Mein Leben in meiner Hand - Handlungsspielräume zurückgewinnen, Ziele verwirklichen**

*Inhalt:*

- Fühlen Sie sich zu häufig dem Schicksal und so genannten Sachzwängen ausgeliefert?
- Wollen Sie Ihr Leben wieder stärker aktiv gestalten lernen?
- Streben Sie eine berufliche oder/und private Neuausrichtung an und suchen dafür Unterstützung?
- Wollen Sie lernen, sich motivierende Ziele zu setzen und diese konsequent zu verfolgen?
- Suchen Sie Unterstützung bei der Fokussierung auf das Wesentliche in Ihrem Leben?

**Dann sollten Sie an diesem Seminar teilnehmen:**

Im ersten Teil werden wir die Rahmenbedingungen in unserem Leben genauer betrachten. Welche Verpflichtungen sind wir eingegangen? Welche Zwänge und Notwendigkeiten sind tatsächlich unvermeidlich? Dabei werden auch innere Blockaden

und emotionale Sklaventreiber angesprochen.

Im zweiten Teil machen wir eine gründliche Bestandsaufnahme unserer eigenen Vorstellungen, Wünsche und Ziele. Dabei werden wir vor allem auf die Erweiterung der Handlungsoptionen hinarbeiten, um unseren Spielraum für kreative Lösungen zu vergrößern. In diesem Kontext werden wir auch entsprechende Kreativtechniken einsetzen.

Im dritten Teil werden wir die erarbeiteten Optionen strukturieren und Prioritäten herausarbeiten. Dabei werden wir auf den reichen Erfahrungsschatz der ganzen Gruppe zurückgreifen, um so ein möglichst intersubjektives Bild entwickeln zu können. Die erarbeiteten Ziele werden festgehalten und in konkrete Lebensplanung umgesetzt.

*Techniken:*

Meine Vorträge verbinde ich mit Kleingruppenübungen, Fragebögen, Diskussionsrunden und Kreativtechniken, wie das Brainstorming und Mindmaps. Natürlich wird es im Rahmen dieses sehr individuellen Seminars auch immer wieder Phasen der Einzelarbeit zur inneren Reflektion geben.

*Material:*

Mit Abschluss des Seminars erhalten Sie einen kurzen Reader, ein Abschlusszertifikat und eine Steuerbescheinigung. Außerdem werden Sie einen konkreten Fahrplan zur Umsetzung Ihrer Pläne mit nach Hause nehmen.

Termin: 16.04.2011

Uhrzeit: 9.00 – 18.00 Uhr

Ort: TaunusTagungshotel GmbH Lochmühlenweg 3 61381 Friedrichsdorf  
[www.taunustagungshotel.de](http://www.taunustagungshotel.de)

Teilnehmerzahl: 8 - 12

(Die Seminar können erst ab einer Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen stattfinden)

Preis: 150 € inkl. Verpflegung

Anmeldeschluss: 18.03.2011

[nach oben](#)

Impressum für diesen Newsletter zeichnet:

Systembalance - Tobias Wilbrand - Im Brühl 5a - 63329 Egelsbach  
Tel. +49 6103 92 08 28 Fax +49 6103 92 08 27 Mobil +49 177 48 21 7 21

[newsletter@systembalance.net](mailto:newsletter@systembalance.net)  
[www.systembalance.net](http://www.systembalance.net)

[Hier können Sie den Newsletter abbestellen](#)