

## **SI-PE-011-6-1 NLP für ein souveränes Selbstmanagement**

### **SEMINARBESCHREIBUNG**

Nicht nur im Managementbereich gewinnt das Neuro-Linguistische Programmieren (NLP) immer mehr an Bedeutung. Entwickelt vor rund 40 Jahren, erweist es sich vor dem Hintergrund des anspruchsvollen Arbeitsmarktes unserer Zeit als wirkungsvolles Instrument des Selbstmanagements. NLP ermöglicht seinen Anwendern, die eigene Persönlichkeit und Kompetenz aus einer neuen Perspektive zu entdecken und innere Einstellungen langfristig zum Positiven zu verändern. Es ermöglicht den produktiven Umgang mit Stress und eröffnet mit seinen Kommunikationsmethoden neue Wege im Umgang mit Kollegen, Kunden und Konkurrenten. In unserem Seminar „NLP für ein souveränes Selbstmanagement“ zeigen wir Ihnen, wie Sie durch NLP-Methoden und -Techniken Ihre Potentiale als Fach- und Führungskraft ausschöpfen.

### **Mit NLP zu ganzheitlichem Selbstmanagement**

Um die Techniken des Neuro-Linguistischen Programmierens nutzen zu können, müssen Sie zunächst Ihre individuellen Ziele klar und deutlich vor Augen haben. In unserem Seminar „NLP für ein souveränes Selbstmanagement“ wenden Sie daher zunächst die Grundlagen des NLP an, um Ihre eigenen Einstellungen und Verhaltensweisen kritischer Selbstreflexion zu unterziehen, bevor Sie die wirkungsvollsten Werkzeuge des NLP in praxisnahen Rollenspielen und Übungsszenarien erproben. Sie lernen, Stressfaktoren gelassener und überlegter zu begegnen, und entwickeln eine positive, motivierende Haltung gegenüber den Herausforderungen des Alltags. Abgerundet wird unser NLP-Seminar durch die Auseinandersetzung mit dem Thema Körpersprache: Sie lernen, Ihre eigene Körpersprache mit den Mitteln des Neuro-Linguistischen Programmierens zu optimieren, während Sie gleichzeitig einen NLP-geschulten Blick für die nonverbalen Signale Ihrer Mitmenschen entwickeln.

### **SEMINARINHALTE**

#### **Grundlagen des Neuro-linguistischen Programmierens (NLP)**

- > Wie funktioniert NLP?
- > Ankertechnik (Führen und Beeinflussen durch Sinnessignale)
- > NLP-Strategien zur Verhaltensänderung
- > Die eigene Wahrnehmungsfähigkeit optimieren

#### **Effektives Selbstmanagement durch NLP**

- > Persönliche Ziele definieren
- > Körpersprache einsetzen und verstehen
- > Sprachmodelle im NLP: Sprachmuster optimieren
- > Problemlösen durch Kreativität
- > In Stresssituationen die Ruhe bewahren
- > Gruppendynamik erkennen und steuern
- > Positive Zustände beeinflussen

## UNSERE SEMINARMETHODEN

	 Öffentliches Seminar	 Individual Seminar	 Inhouse Seminar
Dauer	2 Tage	1 Tag	Nach Absprache
Teilnehmerkreis	Offene Gruppe	Einzelcoaching	Firmenschulung
Garantierte Durchführung*	✓	✓	✓
Bundesweit verfügbar	✓	✓	✓
Monatlich buchbar	✓	✓	✓
Personalisiertes Zertifikat	✓	✓	✓
Mittags- und Pausenverpflegung vor Ort	✓	✓	
Professionelle Seminarunterlagen	✓	✓	✓
Bei Ihnen vor Ort (optional ohne Aufpreis)		✓	✓
Berücksichtigung Ihres Wunschtermins		✓	✓
Persönliches Vorgespräch zum Dozenten		✓	✓
Schwerpunkt liegt auf Ihrer Branche		✓	✓
Individuelle Seminarinhalte		✓	✓
Höchste Diskretion und Datenschutz		✓	✓
Persönliche Nachbetreuung		✓	✓
Einplanung Ihrer Vorgaben zur Seminardauer			✓

\* Wir garantieren eine Durchführung unserer öffentlichen Seminare bereits ab einer Mindestteilnehmerzahl von 2 Personen. Nähere Informationen zu den kommenden Garantieterminen erhalten Sie nach Auswahl des Ortes.

## | SEMINARGEBÜHR

### > Öffentliche Seminare / 1.490,00 € netto zzgl. MwSt.

#### **Große Auswahl praxisnaher Themen im gesamten Bundesgebiet**

Ideal geeignet für mehrere Mitarbeiter eines Unternehmens, sowie für Privatkunden, die sich selektiv weiterbilden möchten. Ihnen stehen monatlich **über 160 Seminare an 12 Lernumgebungen** im gesamten Bundesgebiet zur Auswahl.

### > Individuelle Seminare / 1.490,00 € netto zzgl. MwSt.

#### **Maximaler Lernerfolg & höchste Flexibilität im Einzelcoaching**

Unsere effektivste Lernmethode, da der **Fokus während eines Seminartages ausschließlich auf einer Person** liegt. Es werden nur Themen behandelt, die im Vorfeld mit Ihnen definiert wurden. Sie können zudem **selbst festlegen, wann und wo das Seminar realisiert werden soll. Unabhängig von Ihrer Auswahl, bleibt die Seminargebühr unverändert.**

### > Inhouse-Seminare / Preis auf Anfrage

#### **Maximaler Lernerfolg & höchste Flexibilität für Ihr Unternehmen**

Optimal für Unternehmen, die Ihren Mitarbeitern gezielte Trainings anbieten möchten. Es werden nur Themen behandelt, die im Vorfeld mit Ihnen definiert wurden. Jedes Angebot wird **individuell auf die Anforderungen Ihres Unternehmens** hin kalkuliert.

Falls Sie Fragen haben oder weitere Informationen Wünschen zögern Sie nicht uns zu kontaktieren.

**Telefon:** +49 (0)89 89559805

**Telefax:** +49 (0)89 87577306

**eMail:** [kontakt@SEMINAR-INSTITUT.de](mailto:kontakt@SEMINAR-INSTITUT.de)

[www.seminar-institut.de](http://www.seminar-institut.de)