



Erfolgsfaktor Frau

Management-Training für weibliche Führungskräfte und Unternehmerinnen

raumzeit
SEMINARRAUM

sehen
sprechen
hören
shs medien
www.shsmedien.de

„Unternehmen mit hohem Frauenanteil im Top-Management erwirtschaften im Schnitt 48 Prozent mehr Gewinn.“ (McKinsey / 2010)

„Mehr Frauen in Führungspositionen: mehr Wirtschaftswachstum.“ (EU-Bericht / 25.03.2010 / Reference IP/10/362)

Mehr Frauen, mehr Geld. Das liest sich auf dem Papier zukunfts-trächtig. Wie aber kommen Frauen in diese Führungspositionen? Das Potential muss nicht immer mühsam über Headhunter angeworben werden: es ist schon vorhanden!

Frauen in den Firmen haben meist ein über Jahre spezialisiertes Wissen über das Unternehmen, in dem sie arbeiten. Auf die Idee, in führenden Positionen zu arbeiten, sind sie vielleicht noch nicht gekommen. Oder aber der Firmenvorstand hat bisher diese Positionen nicht aus eigenen Reihen besetzen wollen. „Frauen haben einen anderen Führungsstil. Sie profitieren von ihrer sozialen Intelligenz.“ Das sagt Microsoft Deutschland-Geschäftsführer Achim Berg. Benehmen sich weibliche Chefs sozialer, mitfühlender, lösungsorientierter, weil genau das von ihnen erwartet und jede andere Form reglementiert wird?

Es wird nicht anerkannt, wenn Chefinnen sich wie Chefs aufführen. Auf der Suche nach einem eigenen Führungsstil befinden sich Frauen oft in einer Zwickmühle. Die erwartete Sanftmut und Rücksichtnahme mit den Führungseigenschaften Dominanz und Durchsetzungskraft unter einen Hut zu bringen, ist ein schwieriges Unterfangen. Manchmal scheitert es schon auf dem Weg zur Führungskraft: zu wenig Selbstvertrauen und fehlendes Trommeln für die eigene Marke lassen Frauen untergehen, bevor sie das Ziel erreicht haben.

shs medien und raumzeit reagieren jetzt mit einem ganzheitlichen Konzept: sechs aufeinander abgestimmte Seminare speziell für Frauen auf dem Weg in die Führungsposition oder für Selbständige, die sich noch stärker auf dem Markt behaupten wollen.

Zielgerichtet vorankommen

„Wir alle wollen unsere privaten und beruflichen Ziele im Leben erreichen“ – Dieser Satz ist uns allen bekannt. Ist dies Realität oder Wunschvorstellung? Recherchen bei Führungskräften ergaben: Viele MÖCHTEN gerne ihre Ziele erreichen, jedoch fehlen ihnen die geeigneten Werkzeuge, um zielgerichtet zu handeln. Sie reagieren, obwohl ihnen und ihrem Team ausreichend Potential zur Verfügung steht, um schon im Vorfeld zu agieren.

Dieser Seminartag hält dagegen: Agieren statt reagieren und motivieren durch Vorbild-Funktion im Berufs- und Privatleben ist das Ergebnis. Die Teilnehmerinnen entwickeln den Zielblick anhand kreativer Methoden, um ihre beruflichen Perspektiven einzuschätzen, strategisch zu planen und umzusetzen. Das Seminar liefert praxistaugliche Werkzeuge, die auf dem Weg zum Ziel jederzeit erfolgreich angewendet werden können.

Anke Tielker

Optimales Zeitmanagement

Termine, Termine, Termine. Wer heute erfolgreich sein will, steht oft unter Druck und muss seine Kapazitäten systematisch und klug einsetzen. Der Arbeitstag einer Führungskraft oder einer erfolgreichen Selbständigen endet selten um 18 Uhr. Besprechungen, Firmenreisen und Geschäftsessen: Oft schneiden einem Überstunden und Meetings die Luft ab. Wer heute im Beruf erfolgreich sein will, muss die eigenen Ressourcen systematisch und klug einsetzen. Zeitmanagement ist das systematische und disziplinierte Planen von Zeit. Eine effektive Selbstorganisation ist unerlässlich für den beruflichen Erfolg und trägt entscheidend zu einem glücklichen und zufriedenen Leben bei.

Das Seminar vermittelt den wertschätzenden Umgang mit Zeit. Analysiert wird das persönliche Verhalten mit dem Ziel, das eigene Zeitmanagement in den verschiedenen Bereichen erfolgreich zu optimieren. Unterschiedliche Zeittypen brauchen individuelle Strategien, um Zeit zu sparen. Stärken und Schwächen werden aufgedeckt, Lösungsansätze erarbeitet und Zeitfresser eliminiert. Die Folge: mehr Gelassenheit und Erfolg im beruflichen und privaten Leben.

Selbst und sicher

Frauen müssen sich erst einmal beweisen, bevor sie anerkannt werden. Ein Mann ist für seinen Beruf tauglich, bis er sich als untauglich erwiesen hat. Eine Frau ist für ihren Beruf untauglich, bis sie sich als tauglich erwiesen hat. Nicht selten zweifelt sie selbst an sich mehr als andere.

Im Seminar lernen die Teilnehmerinnen, ihr eigenes Potential auszuschöpfen. Sie gehen mit mehr Wissen, Energie und Neugier an die private und berufliche Selbstverwirklichung. (Doppel-)belastung und Mühen des Alltags fordern achtsam und respektvoll mit eigenen Bedürfnissen umzugehen.

Wichtig ist, Schwächen zu erkennen und Stärken zu vermehren, Selbstzweifel zu überwinden, dem inneren Kritiker Paroli zu bieten, Energiekiller zu identifizieren und Energiespender zu nutzen.

Der Effekt:
Mehr Selbst – Vertrauen, Selbst - Wert und Selbst - Bewusstsein.

Stresskompetenztraining

Führungskräfte, Selbständige und Menschen in helfenden Berufen sind besonders Stress- und Burn-Out-gefährdet. Mittlerweile hat sich gezeigt, dass hiervon ebenso alle anderen Berufsgruppen betroffen sind. Auch die Vereinbarkeit von Familie und Beruf führt zu Überlastungs- und Erschöpfungszuständen.

Stresskompetenztraining bietet die Möglichkeit, äußere Belastungen zu analysieren, die innere Auffassung auf Stressrelevanz zu überprüfen, selbstschädigende Überzeugungen zu verändern, hilfreiche Möglichkeiten zur aktiven und passiven Regeneration kennen zu lernen und zu nutzen.

Neben Wissensvermittlung stehen Übungen und Analysen zu konkreten Fragestellungen im Vordergrund. Erlebnisorientierte Einheiten zur Regenerationskompetenz runden das Programm ab.

Dr. Petra Feind-Zehr

Überzeugend auftreten und präsentieren

Frauen stehen meist unter einem größeren Beweisdruck als ihre männlichen Kollegen. Im Business müssen sie die besseren Männer sein - dann jedoch wirft man ihnen vor, dass sie vermännlichen. Ist die weibliche Führungskraft schlagfertig, hat sie Haare auf den Zähnen. Zeigt sie ihre Gefühle, ist sie eine Heulsuse. Beherrscht sie sich, ist sie ein Eisberg. Arbeitet sie lang und hart, ist sie mit ihrem Beruf verheiratet. Hat sie Erfolg, ist sie ein Karriereweib.

Wie soll sie also sein? Idealerweise: sie selbst. Authentisch zu sein, birgt eine nachhaltige Überzeugungskraft. Studien beweisen: Erscheinungsbild und Auftreten machen 90% des persönlichen Erfolgs aus! Viele Faktoren verhindern Authentizität jedoch.

Dieser Seminartag deckt alle Hindernisse auf und schaltet sie aus.

Das Ergebnis: Souveräne Auftritte bei allen Gelegenheiten.

Antje Diller-Wolff, M.A.

Brillante Rhetorik

Für viele ist es eine unangenehme Aufgabe vor Publikum sprechen zu müssen. Schweißnasse Hände, Sorge, den Faden zu verlieren oder Angst vor Nachfragen sind nur einige der Gefahren, die dem Redner drohen. Viel banaler, aber ebenso wahrscheinlich: das Publikum mit dem Text schnell zu langweilen!

Das Seminar geht der Nervosität der Vortragenden auf den Grund. Trainiert werden Körpersprache und Auftreten. Dabei werden die eigenen vorhandenen Stärken und Angewohnheiten genutzt, Sprechtechniken ebenso verfeinert wie die Kunst des Schreibens fürs Hören. Im Text sollten Aufbau, Stilmittel und Inhalt harmonisieren. Die Rednerin lernt, den Spannungsbogen zu halten und auf altbackene Formulierungen, holprige Schachtelsätze und langweilige hohle Phrasen zu verzichten. Substantivierung, Übertreibung und plumpe Formulierungen ermüden - anstatt zu fesseln.

Im Seminar lernen die Teilnehmerinnen, griffig zu schreiben, schnell auf den Punkt zu formulieren und in kurzen, prägnanten Sätzen ihre Botschaft zu transportieren und zu präsentieren.

Anke Tielker

Anke Tielker ist Unternehmensberaterin, akkreditiert bei KfW und N-Bank und arbeitet nach den anspruchsvollen Kriterien des Bundesqualitätszirkel Gründungsberatung BQZ e.V.

Es begeistert sie immer wieder, das scheinbar Unmögliche möglich zu machen – durch begleitende Coachings und motivierende Trainings.

Zusätzlich ist sie, wie auch die anderen Dozentinnen bei raumzeit, Spezialistin für „Vereinbarkeit von Familie und Beruf“. Der größte Erfolg ist es, wenn Kunden nach einer Zeit der beruflichen oder unternehmerischen Unsicherheit wieder festen Boden unter den Füßen spüren.

Tielker kennt alle Seiten: als gelernte Industriekauffrau war sie als Projektreferentin

für neue Produkte tätig, z. B. für Klosterfrau Berlin GmbH. Dann gründete sie ihre Unternehmensberatung, um anderen Menschen, die ein Ziel vor Augen haben, auf dem Weg dahin zu begleiten: vielseitig, kompetent und offen für Neues.

Existenzgründer, Führungskräfte in Unternehmen, Vereine und Verbände brauchen den Blick von außen, manchmal auch zusätzliches betriebswirtschaftliches Wissen und die Reflektion ihres Handelns.

Dabei ist Anke Tielker der Fels in der Brandung. Ihre Kompetenz wird sowohl von kleinen Betrieben als auch von namhaften Unternehmen der deutschen Wirtschaft immer wieder in Anspruch genommen.



Dr. Petra Feind-Zehr

Dr. Petra Feind-Zehr begann ihre Karriere in den 70er Jahren als Chirurgin und Ärztin für Allgemeinmedizin. Später erweiterte sie ihr Spezialwissen und ließ sich als tiefenpsychologische Psychotherapeutin nieder. Ihr Trainings- und Coachingprogramm erweiterte sie konstant.

Dr. Feind-Zehr wurde in Deutschland bekannt als Spezialistin für Stressbewältigung und Selbstbewusstseinstraining.

In ihrem Institut stärkt die Psychotherapeutin in Seminaren und Einzelcoachings die emotionalen und sozialen Kompetenzen ihrer Klientinnen. Das Ergebnis ist eine innere Balance, die unverzichtbar für eine erfolgreiche Karrierearbeit ist. Immer mehr Mobilität und Flexibilität sind in der Geschäftswelt erforderlich.

Dr. Feind-Zehr trainiert die Fertigkeiten, die den Umgang mit Anspruch, Herausforderung und Belastung erleichtern.

Ihre Arbeit ist bei privaten Personen als auch in großen Firmen sehr gefragt, wie aktuell bei der DFS Deutsche Flugsicherung GmbH in Bremen.



Antje Diller-Wolff, M.A.

Antje Diller-Wolff, M.A., ist akkreditierte Beraterin der KfW/NBank-Beraterbörse und für das Gründercoaching Deutschland. Die studierte Medienwissenschaftlerin und Sprachwissenschaftlerin ist seit vielen Jahren bekannt als Moderatorin, Live-Reporterin, Autorin und Sprecherin für Medien wie Spiegel TV und den NDR.

Mit dem Schwarzkopf & Schwarzkopf-Verlag Berlin hat sie gerade einen Buchvertrag unterzeichnet. Mit ihrer Fernsehproduktionsfirma shs medien (www.shsmedien.de) realisiert sie außerdem Imagefilme für Unternehmen.

Diller-Wolff lehrte darüber hinaus zwei Jahre lang als Dozentin an der Nanyang University Singapore. Dort unterrichtete sie am Lehrstuhl für Journalistik und Kommunikationswissenschaften.

Das praktische Training & Coaching ist seit Jahren Schwerpunkt ihrer Arbeit. Sie ist fester Bestandteil der Weiterbildungsprogramme diverser IHKs, der Wirtschaftsförderungsgesellschaft Harburg und verschiedener Koordinierungsstellen für Frau & Wirtschaft in Norddeutschland.

Antje Diller-Wolff trainiert regelmäßig Politiker und Führungskräfte großer deutscher Firmen. In zahlreichen Vorträgen und Führungskräfte-Seminaren vermittelt sie Techniken und Ideen für Präsentationen vor Publikum und trainiert sicheres Auftreten bei gesellschaftlichen und geschäftlichen Anlässen. Außerdem moderiert Diller-Wolff Veranstaltungen und Podiumsdiskussionen in den Bereichen Wirtschaft, Politik und Kultur.



Management-Training

Anke Tielker	Zielgerichtet vorankommen
Anke Tielker	Mehr Raum für Erfolg - optimales Zeitmanagement
Dr. Petra Feind-Zehr	Selbst und sicher
Dr. Petra Feind-Zehr	Stresskompetenztraining
Antje Diller-Wolff, M.A.	Überzeugend auftreten und präsentieren
Antje Diller-Wolff, M.A.	Begeistern statt langweilen - brillante Rhetorik



1.199,00 €

zzgl. Mehrwertsteuer für 6 Tagesseminare

à 8 Stunden incl. Pause und Catering.

Veranstaltungsort:
raumzeit – seminarraum
Siemensstr. 19
29643 Neuenkirchen

Veranstaltungsdauer:
samstags - jeweils
09:00 Uhr – 17:00 Uhr

Teilnehmerzahl:
Mindestens 10 Personen,
maximal 15 Personen.

Kontakt & Anfahrt

shs medien

Antje Diller-Wolff
Siemensstr. 19
29643 Neuenkirchen

Tel. 0 51 95 - 93 38 31

diller@shsmedien.de

raumzeit GbR

Ingeborg Brase & Anika Schön
Siemensstr. 19
29643 Neuenkirchen

Tel. 0 51 95 - 97 24 98

info@raumzeit-seminarraum.de

Eine detaillierte Anfahrtsbeschreibung und Hinweise zu Parkmöglichkeiten finden Sie auf www.raumzeit-seminarraum.de

