

IPOS-Transferangebot: Individuell und interaktiv

Damit bringen Sie Ihre Seminar-Erkenntnisse noch leichter - konsequent und gewinnbringend - in Ihren Arbeits- und Lebensalltag

Ziel

- Seminarerkenntnisse leichter in den Arbeitsalltag übertragen.

Ihr Nutzen

- Sie profitieren noch intensiver aus einer Seminarteilnahme.

Ihre Zeit- und Gedanken-Investition

- 10-Minuten-Umsetzungs-Impuls täglich während der ersten Woche nach dem Seminar.
- 5-Minuten-Umsetzungs-Impuls 2 x wöchentlich während der zwei darauffolgenden Wochen.
- 5-Minuten-Umsetzungsimpuls 1 x wöchentlich während der zwei daran anschließenden Wochen.

Module

Folgende zwei Module, die im folgenden näher beschrieben werden, können Sie individuell einzeln oder zusammen buchen.

- Individuelles, interaktives Online-Coaching: Gezielt ausgewählte Online-Impulse per Mail
- Persönliches Coaching: 2 Stunden: maßgeschneiderte Begleitung.

Zielgruppe:

Teilnehmende von IPOS-Seminaren

Zeitraum:

Während fünf Wochen im Anschluss an die Teilnahme an einem IPOS-Seminar

Trainerin/ Coach:

Dipl. Psych.
Susanne Spieß
Institutsleiterin
IPOS

Modul 1: Individuelles, interaktives Online-Coaching: Gezielt ausgewählte Online-Impulse per Mail

Diese Modul ist

- leicht in den persönlichen Arbeitsalltag integrierbar
- zeitlich flexibel
- unterstützt am Ball zu bleiben, indem es
- mit einer intensiven Phase beginnt und dann allmählich „ausschleicht“ damit sich neue Verhaltensmuster – und Strategien leichter etablieren.

Ablauf:

1. Woche nach dem Seminar:

- Sie werden per Mail an Ihr individuelles im Seminar gestecktes Umsetzungsziel erinnert.
- Sie erhalten in der ersten Woche nach dem Seminar täglich (jeweils an den Werktagen) ein bis zwei anschauliche, übersichtliche und einprägsame Erinnerungsanker zu den Seminarinhalten von Ihrer Trainerin.
- Sie haben Gelegenheit direkt mit Ihrer Trainerin per Mail in Kontakt zu treten:
 - Sie können Ihrer Trainerin per Mail mitteilen, was Sie konkret bereits umgesetzt und welche Erfahrungen Sie dabei gemacht haben.
 - Auf Wunsch erhalten Sie persönliches Feedback/Unterstützung von Ihrer Trainerin per Mail.
Sie haben außerdem die Möglichkeit Ihrer Trainerin per Mail Fragen zu stellen, die bei der Umsetzung entstanden sind und gezielte Mail-Antworten von Ihr zu erhalten.

2. und 3. Woche nach dem Seminar:

- wie unter „1.Woche nach dem Seminar“ beschrieben mit dem Unterschied, dass Sie zwei mal wöchentlich einen Erinnerungsanker mit Impuls per Mail erhalten.

4. und 5. Woche nach dem Seminar:

- wie unter „1..Woche nach dem Seminar“ beschrieben mit dem Unterschied, dass Sie ein mal wöchentlich einen Erinnerungsanker mit Impuls per Mail erhalten.

Modul 2: **Persönliches Coaching - Dauer: 2 Stunden** **Maßgeschneiderte Begleitung (Ort: Ditzingen).**

Dieses Modul zeichnet sich aus durch

- maßgeschneiderte Begleitung
- optimale persönliche An-/ und Verknüpfung zwischen den Lernerfahrungen im Seminar und Ihren vertiefenden (Umsetzungs-) Themen im Coaching.

Ergänzend oder alternativ zum individuellen, interaktiven Online-Coaching erhalten Sie in einem persönlichen Coaching Gelegenheit

- komplexere Themenstellungen/Situationen, die den Seminarrahmen sprengen würden,
- sowie Themen, die sich nicht für die Besprechung in einer Seminargruppe eignen (z.B. weil Sie die Anonymität beteiligter Personen wahren wollen oder Sie persönliche Inhalte/Situationen/Zusammenhänge ansprechen/klären wollen, die Sie nicht in einer Gruppe austauschen möchten.)

Ablauf

Sie nennen Ihr Ziel und Anliegen für die Vertiefung der Seminarinhalte und deren Anwendung in Ihrem konkreten Arbeits- und Lebensalltag.

Diesem entsprechend erhalten Sie maßgeschneiderte, konkrete Unterstützung mit der Gelegenheit

- Situationen und Zusammenhänge zu analysieren und zu konkretisieren,
- ein vertieftes Verständnis zu entwickeln,
- praxistaugliche Lösungen sowie
- Umsetzungsstrategien zu erarbeiten und
- in Gesprächssimulationen zu erproben.
- Zusätzlich wird Ihre individuelle Umsetzungskompetenz – auch im Hinblick auf künftige Themen/Seminare noch weiter gesteigert.