

## Emotionale Kompetenz und Wertschätzung: Erfolgsfaktor für Führung und Kommunikation

### 3-Tages-Seminar auf Mallorca

Die Welt, wie wir sie wahrnehmen, ist lt. Gehirnforschung eine Konstruktion unseres Gehirns, die Veränderung in jede Richtung zulässt. Die Gehirnforschung bietet dabei zahlreiche Ansätze zum besseren Verständnis unseres Selbst, darüber wie **Kommunikation** funktioniert und welche Rolle **Emotionen und Gefühle** spielen.

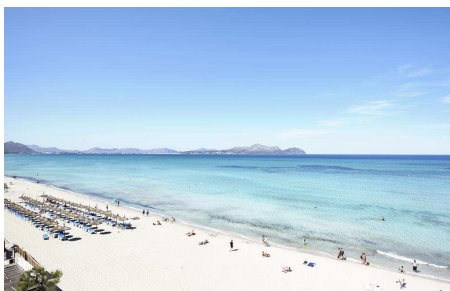
**Stress** wirkt als Blockadefaktor durch alte gelernte synaptische Verbindungen im Gehirn, die das Angstzentrum alarmieren. Ein rationaler Umgang mit einem Problem oder eine kreative Lösungsfindung sind dann nicht möglich. Der Lösungsansatz all dieser Themen liegt in der **Neuroplastizität**, der Fähigkeit des Gehirns, neue synaptische Verbindungen aufzubauen und alte stillzulegen sowie der **Veränderung des emotionalen Stils**.

Eine erfolgreiche Technik ist die seit vielen Jahren bekannte **wertschätzende Kommunikation** im Umgang mit Anderen und mit sich selbst. Mit Hilfe von Achtsamkeit und **Meditation** lässt sich daraus eine **innere Haltung** entwickeln - ein Effekt der Neuroplastizität.

**Ziel des Seminars** ist es, sich mit neuem Wissen und Methoden aus den Erkenntnissen der Gehirnforschung vertraut zu machen, die sich in den Alltag integrieren lassen.

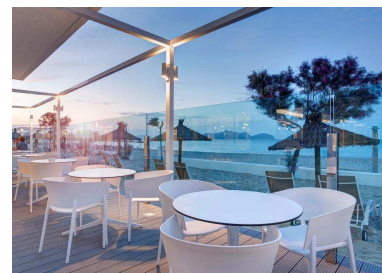
**Termin: Seminar Do 10.5. (Christi Himmelfahrt ) bis Sa 12.5.2018, jeweils 9.30Uhr bis ca. 16.30Uhr Seminarinhalte u.a.:**

1. Emotionen und Gefühle verstehen
2. Die Macht der Gedanken: wie Gedanken unser Gehirn bestimmen
3. Blockadefaktor Stress
4. Emotionale Kompetenz entwickeln:
  - Basics der Wertschätzenden Kommunikation: von der Technik zur inneren Haltung
  - Den emotionalen Stil kennenlernen und verändern
  - Neue Zielvorstellungen und hilfreiche Überzeugungen entwickeln
  - Mentale Stärke durch Achtsamkeit und Meditation



### Ort: Can Picafort/ Mallorca

4\*-Hotel The Sea Hotel:  
Komplettrenovierung 2016, neue  
Zimmer mit schönen Bädern,  
internationale und  
mallorquinische Küche, am langen  
Sandstrand am Ende der  
Promenade, am Rand des  
Naturschutzgebietes.



### Kosten 3-Tagesseminar:

- € 395,- (Frühbucher bis 15.1.2018), ab 16.1.: € 495,-, jeweils zuzügl. MwSt, inklusive Getränke im Seminarraum (im nahe gelegenen Hotel Gran Vista).

### Kosten Halbpension, Tagungsgetränke inklusive:

- je Tag und Person im DZ mit seitlichem Meerblick:  
Halbpension ohne Getränke € 54,-, all inclusive Zuschlag € 35,-
- zuzügl. Flug (Direktflüge von jedem Flughafen), zuzügl. Transfer (kann organisiert werden),
- Anreise spätestens 9.5., Abreise frühestens 13.5., individuelle Verlängerungstage möglich.

Bitte beachten Sie, dass ich nicht im Sinne eines Reiseveranstalters tätig bin, ich leite nur Ihre Anmeldung an das Hotel weiter.