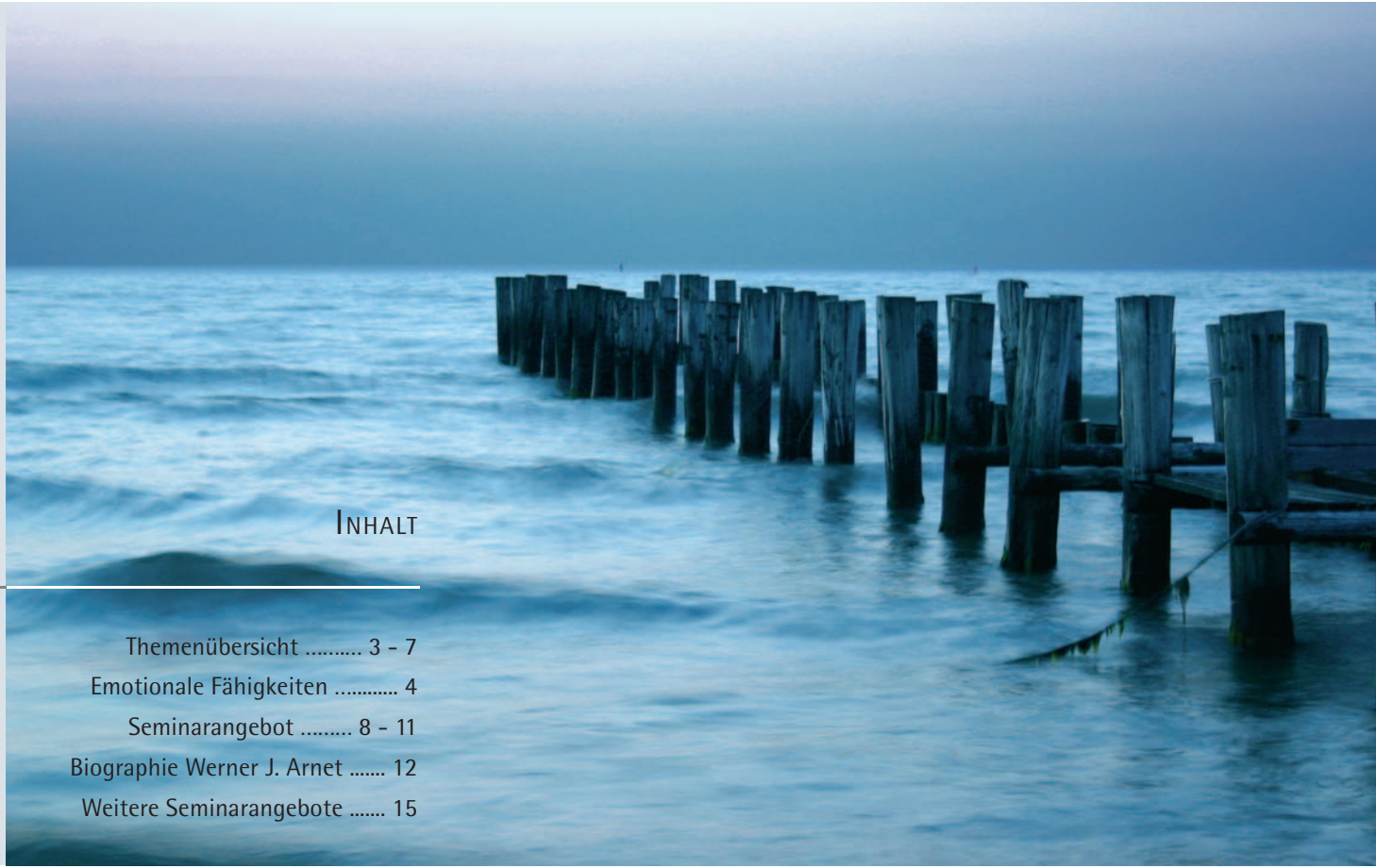
LEBEN UND FÜHREN

MIT EMOTIONALER KOMPETENZ

emologos®



Inhalt

Themenübersicht ..... 3 - 7
Emotionale Fähigkeiten 4
Seminarangebot ..... 8 - 11
Biographie Werner J. Arnet 12
Weitere Seminarangebote 15

Stellen Sie sich vor: Sie stehen vor einer beruflichen Herausforderung. Mit Tatkraft und innovativen Ideen stellen Sie sich den neuen Aufgaben. Sie erleben eine kraftvolle Zeit des Aufbruchs, des Neu- und Umdenkens, des Umgestaltens abgelebter Formen zu neuem Sinn. Sie begegnen Krisensituationen mit Kreativität, Mut und Flexibilität und sind innerlich gefestigt. Die Kommunikation mit ihren Mitarbeitern verläuft klar und ohne Reibungsverluste, menschlich wie sachlich. Das Betriebsklima ist vertrauensvoll und offen und das Team geprägt von gegenseitiger Wertschätzung. Sie arbeiten zielorientiert, effizient und nachhaltig und beherrschen Ihr Zeitmanagement. Die wirtschaftlichen Erfolge schlagen zu Buche und das Gehalt stimmt. Mit Ihrer Arbeit sind Sie zufrieden und empfinden Freude dabei. Sie erleben sich als „Pilot" ihrer Führungsqualitäten und wissen diese Fähigkeiten als Handwerkszeug im Umgang mit sich und anderen Menschen anzuwenden. Ihr privates Leben ist erfüllt und ausgewogen.

Sie brauchen uns nicht!

Ist Ihr Alltag jedoch geprägt von Müdigkeit, Unlust und müssen Sie sich täglich „pushen", Frust pur! Zeitmangel, zu wenig Privatleben und die Kasse stimmt auch nicht, dann sind Sie nicht allein. Nur bei wenigen Menschen steht „Alles zum Besten" wie im obigen Szenario beschrieben. Unzählige andere erleben Erschöpfung, Motivationslosigkeit und Stress.

Das pädagogische Modell: Jahrzehntelang forschten und suchten wir, wie viele andere auch, nach einer zuverlässigen und praktischen Hilfe. Für uns war klar, dass der Weg für jedermann begehbar sein muss und wir wussten auch, dass ein Zurück aus dieser lustlosen Sackgasse Anstrengung, Mut und Zeit erfordert.

Seit der Gründung unseres Instituts im Jahre 2000 arbeiten wir an der Entwicklung eines pädagogischen Modells, das sich dem Kern der Frage „Wie entsteht motivierte Führungsqualität" Schicht für Schicht nähert. Unser Ziel ist es, Menschen auf ihrem Weg so zu begleiten, dass sich Verantwortung für das Leben und Erfüllung im Leben zu einem Ganzen fügen, statt sich gegenseitig auszugrenzen: Es geht darum, die individuelle Work-Life-Balance zu finden.

Um unser pädagogisches Modell verständlich darzustellen, verwenden wir das Bild eines neu zu bauenden Hauses. Ähnlich wie bei einem Hausbau geht es um exakte Planung im Vorfeld, sodass wir unser Ziel, angenehm zu wohnen, auch erreichen können. In unserem Modell sind die Bausteine menschliche Fähigkeiten, die wir im Allgemeinen zu wenig beachten und nutzen. Diese unsere Fähigkeiten sind:

VERTRAUENSFÄHIGKEIT

TEAMFÄHIGKEIT

ENTSCHEIDUNGSFÄHIGKEIT

EMPATHIEFÄHIGKEIT

KRITIKFÄHIGKEIT

KOMMUNIKATIONSFÄHIGKEIT

PRÄSENZFÄHIGKEIT

Was verstehen wir im Einzelnen unter diesen Fähigkeiten?

1 Präsenzfähigkeit

Diese Fähigkeit ist der Grundstein, auf dem alle weiteren Schritte zur Erlangung von emotionaler Kompetenz aufbauen. Präsenz bedeutet, dass wir uns auf den jeweiligen Moment, auf den Augenblick einlassen. Wir erfahren sie da, wo die Vergangenheit endet und die Zukunft noch nicht ist. Im JETZT liegt der einzige Quell von Spontaneität, Kreativität und Erfolg.

2 Kommunikationsfähigkeit

Durch diese älteste und einfachste aller Tugenden treten wir miteinander in Kontakt und tauschen Informationen aus. Sie fördert im positiven Sinne gegenseitiges Verstehen. Ohne sie wären wir stumme Autisten. Sie fordert unsere ganze Aufmerksamkeit, unseren Mut und Offenheit. Gelingt sie, schafft sie Nähe und Vertrautheit.

3 Kritikfähigkeit

Diese Kernkompetenz entscheidet über unsere Bereitschaft, das Leben zu bejahen. Sie erschafft unabdingbar wichtige Beziehungen. Misslingt sie, erkennen wir sie als zerstörende Kritiksucht. Gelingt sie uns konstruktiv, fördert sie flexible Akzeptanz einer Fremdmeinung und Wahrhaftigkeit, die eigene Meinung zu äußern und zu vertreten.

4 Empathiefähigkeit

Mitgefühl unterscheidet sich von Mitleid wie der Tag von der Nacht. Die Fähigkeit mitzufühlen stärkt uns gegenseitig. Fallen wir ins Mitleid, schwächen wir unser Gegenüber und verlieren unseren eigenen Standpunkt. Wir erkennen diesen Prozess als mangelnde Abgrenzung. Nur Empathie schafft wahrhaftige Vertrautheit und Nähe.

5 Entscheidungsfähigkeit

Kurz gefasst heißt dies: Ich will! Ich kann Ja von Nein trennen. Ich wage eine klare, eindeutige Sicht und erkenne meine Kriterienwahl. Ich bin mutig und risikobereit. Ich lasse los und trage die entstehenden Konsequenzen. Ich erkenne, mit Zaudern und Zögern verpasse ich die besten Chancen meines Lebens.

6 Teamfähigkeit

Teamfähigkeit entscheidet darüber, ob und wie weit unsere Kommunikationsbereitschaft verschmolzen ist mit Empathie. Sie ist ein Indiz dafür, wie wahrhaftig wir sind. Die Missachtung der Teamkompetenz schafft unerbittliche Konsequenzen. Das Team spaltet sich und verfällt Machtkämpfen. Das soziale, kreative Miteinander eines Teams, dessen Teamgeist fähig ist, Berge zu versetzen, ist und bleibt ein Wunder.

7 Vertrauensfähigkeit

Die absolute Krönung unserer Bemühungen erlangen wir über das ernsthafte Üben der sechs vorhergehenden Bausteine. Vertrauen in mich selbst und in andere schafft immensen Gewinn. Dieser zeigt sich auf beiden Ebenen, der materiellen sowie der geistigen.

Vertrauen kennt keine Zukunftsängste, keine Feinde, keine Missachtung.

Diese Zielorientierung erreichen wir über den Weg eines pädagogischen Interaktionsmodells. Es eröffnet dem/der individuellen Teilnehmer/in die Möglichkeit, sich neu zu orientieren, mit welchen angebotenen Elementen er/sie sich neue Erkenntnisse erarbeiten will. Im Plenum werden die Lernschritte erprobt. Das jeweilige, ins Praktische umgesetzte Üben hilft dem Gewahrwerden der eigenen Fähigkeiten und trägt zur Vertiefung und Verankerung bei. Das wichtigste Instrument für unsere Arbeit ist „das Denken", mehr noch die Frage nach dem „Wie" des Denkens. Die Neugier, „das eigene Denken erkennen zu wollen", und der Pioniermut, gewohnte Muster zu hinterfragen und ohne „Netz und doppelten Boden" neue Gedanken zu wagen, ist die einzige Voraussetzung, die Sie für unser Lernangebot brauchen.

Unser Seminarangebot

Unsere Seminarreihe basiert auf langjährigen Tests und Erfahrungen und umfasst heute vier Bausteine, die aufeinander abgestimmt sind.

Baustein **1** ..... Das Basisseminar
Baustein **2** A-Block
Baustein **3** B-Block ..... Das Hauptseminar
Baustein **4** C-Block

Das jeweilige Lerntempo und die pädagogische Strukturfolge ist nach neuesten Erkenntnissen und Erfahrungen der Hirnforschung gestaltet. Damit bieten wir eine maximale Zeit zur Integration des Lernstoffs. Der notwendigen Zeit zur Assimilation wird Rechnung getragen, indem z.B. ein Abstand von drei bis sechs Monaten zwischen den Seminarblöcken eingehalten wird. Ebenfalls beachten wir mit größter Aufmerksamkeit, dass keine Lernverluste entstehen. Wir richten unser Augenmerk in allen Vorgehensweisen auf eine ausgewogene Balance von Lernfähigkeit, Assimilationszeit und anregenden Pausen. So erreichen wir den qualitativen Erfolg, den Sie suchen und eine bleibende Wirkung.

Inhaltsübersicht der einzelnen Bausteine

Baustein 1 - Das Basisseminar

Dieses Seminar ist offen für jeden. An jeweils zwei aufeinander folgenden Tagen der Seminarwoche bieten wir Ihnen durch theoretische Arbeit und praktische Übungen einen Einblick in das gesamte Lernfeld, das die drei Bausteine des Hauptseminars umfassen.

Im geschützten Rahmen des Plenums, das herausfordernd und konfrontativ arbeitet, werden Ihre eingebrachten Gedanken feinfühlig aufgenommen und hinterfragt. Über diesen Weg haben Sie die Möglichkeit, ihre Ziele und Visionen zu sortieren und neue Entscheidungen zu treffen.
Die pädagogische Matrix ist komplex und Sie werden über die dargebotenen Themenbereiche die Möglichkeit haben, ihre individuelle Lebenssituation von unterschiedlichen Seiten zu beleuchten. Was will ich verändern, was will ich verbessern? Welche Entscheidungen sind dafür notwendig? Welche Konsequenzen haben meine Entscheidungen? Sie arbeiten an Ihrer Work-Life-Balance.
Im Laufe der Woche werden Sie Ihre Erfahrung vertiefen, dass ohne Herzkraft (unser Fühlen) die innere wie äußere Führung kalt bleibt. Ohne Bauchkraft (unser Empfinden) bieten Sie keine vertrauensbildende Führung an. Zusammen ergeben diese beiden Qualitäten eine entsprechende Sinnfindung oder Sinnlosigkeit.

Die weiterführenden drei Bausteine bilden eine Einheit:

DAS HAUPTSEMINAR

Baustein 2 - A-Block - Teil 1 Hauptseminar

Die Leit-Thematik ist: Denken ist unumgänglich und hat immer unausweichliche Konsequenzen. Ziel des A-Blocks ist die Kunst des Umdenkens.

Wir nähern uns dem Raum des Denkens von einer anderen als der uns gewohnten Seite. So wie die Aussage einer Zeichnung von dem Raum zwischen den Linien lebt, interessieren wir uns für das, was sich innerhalb der Wortlinien verbirgt. Ein weiteres Beispiel dieser Art ist Musik. Einen Ton, der gleich bleibend und kontinuierlich gespielt wird, erleben wir als monochrom. Er wirkt flach, nach einiger Zeit uninteressant und langweilig. Umgekehrt ergibt derselbe Ton im Takt mit Pausen einen Rhythmus. Er regt uns an, wir werden neugierig, interessiert.
Unser Denken äußert sich sowohl im gesprochenen Wort, wie in der Bewegung des Körpers (Körpersprache). Das Bewusstsein darüber „wie gegenwärtig ich bin" hilft Zusammenhänge, Kausalitäten und Konsequenzen des eigenen Denkens und Handelns zu erkennen. Mit Beginn des Basisseminars binden wir

diese Frage nach Gegenwärtigkeit durch Präsenzübungen in den Seminarablauf ein. Durch die Kunst des Hinterfragens, die wir vom griechischen Denk-Pionier Sokrates übernommen haben, nähern wir uns Schicht für Schicht von außen dem inneren Kern unseres Denkens. Hilfreiche Denkmuster und störende Denkfallen gilt es zu erkennen. Auf dieser Grundlage erfahren wir das Umdenken. Ein schöpferischer Prozess, der den Blick für mögliche Veränderungen öffnet.

Baustein 3- B-Block - Teil 2 Hauptseminar

Die Leit-Thematik ist: Ohne Beziehung kann die Seele nicht leben. Diesen Seminarteil ist das Herzstück unserer Arbeit. Theorie und Praxis der ~~sieben~~ Tage richten sich in diesem Baustein 3 auf unsere Begegnungen und unsere Beziehungsfähigkeit.

Die Art, wie wir miteinander kommunizieren, sowohl über Worte wie über die Sprache des Körpers, steht dabei im Mittelpunkt. Nur über den Spiegel der anderen, das Du im Leben, werde ich für mich wahrhaftiger erfahrbar. Eine erfolgreiche Kommunikation beginnt auf der Beziehungsebene. Durch die bewusste Übung der Konfrontation im Plenum lernen Sie, Störungen auf der Beziehungsebene deutlicher zu erkennen und zu benennen. Begriffe wie Selbst– und Eigenwert erhalten von Angesicht zu Angesicht eine tiefere Bedeutung. Eigene innere Blockierungen können wahrgenommen und aufgelöst werden. Bei all dieser Arbeit ist das fließende und wachsame Wechselspiel von Kopf-, Herz- und Bauchebene gefragt.

Baustein 4 - C-Block - Teil 3 Hauptseminar

Das Leit-Thema ist: Neue innere und äußere Lebenschancen werden durch Umdenken entschieden.

Jetzt sind Sie bereit zum Aufbruch! Im Fokus dieser Woche stehen berufliche und lebensorientierte Konflikte, die die Einzelnen aus dem Plenum einbringen. Die Teilnehmer entdecken zunehmend mehr Lebensqualitäten der anderen, das Du und sich selbst. Öfters klagen wir Menschen über Probleme, jedoch hinter dieser Tatsache wird deutlich, jedes Problem verbirgt eine wichtige Aufgabe. Diese Aufgaben zu erkennen und konsequent zu handeln ist Schwerpunkt dieses Seminarteils. Das Verständnis von Teamarbeit und Zeitmanagement wird direkt im Plenum geübt. Das Erlernen von Sicherheit in Entscheidungen, zielorientierter Planung, erhöhter Präsenz zusammen mit lebendiger Kommunikation schließen diesen Vitalität spendenden vierten Baustein ab.
Die Reise ins Innere endet hier nicht. Im Gegenteil: Nun kann sie erst recht mit großer Freude beginnen. Sie haben wertvolle Unterstützung und Anleitung gewonnen. Ihre neu motivierte Sichtweise ist der Wirklichkeit näher. Mithilfe wertvoller Erinnerungen aus der Vergangenheit können Sie mutig neue Ziele anstreben. Sie sind freier und sicherer und haben Vertrauen.

Biographie, Vita Seminarleitung

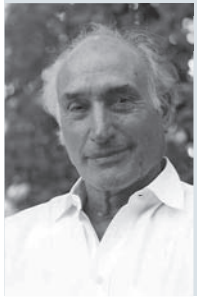
Werner J. Arnet ND

In der Schweiz geboren, wandte sich W. J. Arnet nach dem Schulabschluss einem Kunstgewerbestudium in der Stadt Luzern zu.

1950 wanderte er nach Toronto, Kanada aus und begann ein Psychosomatik-Studium.

1955 College –Abschluss in Toronto als Doktor der Chiropraktik (D.C.) mit Lizenz in Ontario, anschließend Postgraduiertenstudien in Naturheilverfahren mit dem Schwerpunkt Psychologie

1956 Approbation als Doktor der Naturheilkunde (N. D.), Eröffnung einer eigenen psychosomatischen Praxis in Toronto, Kanada



Werner J. Arnet, Seminarleiter und Gründer des Pädagogischen Instituts für emotionale Kompetenz

1957 Studium der Gestaltpsychologie bei dem Pionier-Therapeuten F.S. Perls sowie deren Anwendung in Gruppen

1958 Vortragsreisen, Workshops über Gestalttherapie in Kanada

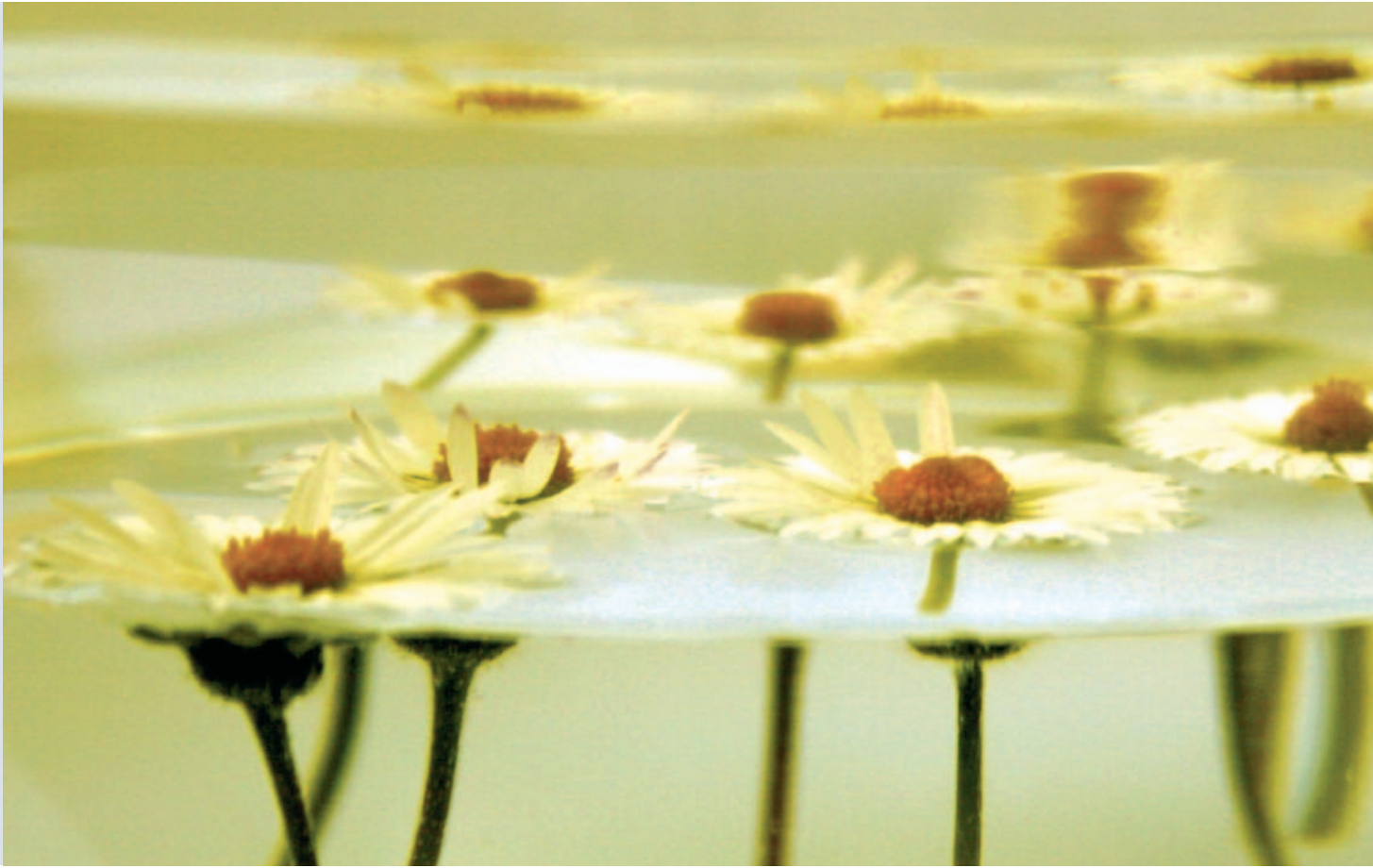
1975 Leitung von Workshops über Gestalttherapie auch in Deutschland, Österreich und der Schweiz

1981 Übersiedlung von Toronto nach München

1983 Gründung des Therapiezentrums „Haus am Brühl", Ibach bei St. Blasien im Südschwarzwald

Seit 1988 zunehmende Lehrtätigkeit, Supervisionen und Coaching in Unternehmen (Personalbereich), psychosomatischen Kliniken, Fachkrankenhäusern

2000 Gründung von emo · logos, Pädagogisches Institut für emotionale Kompetenz GmbH, Sigmaringendorf. Seitdem Seminarleitung und Leitung von Kommunikationswerkstätten, Supervisionen und Coaching



Weitere emo · logos-Angebote

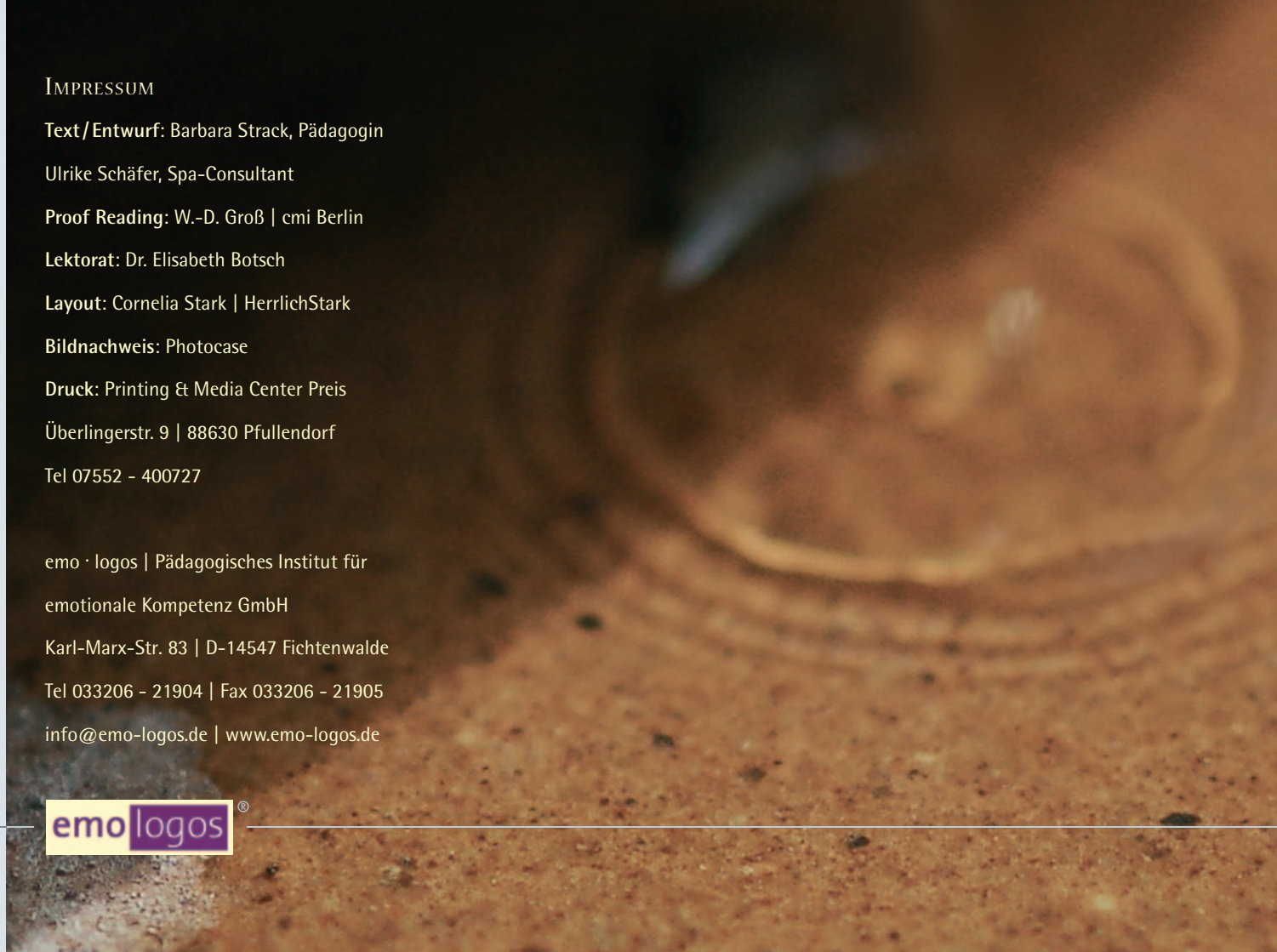
Kommunikationswerkstätten (Wochenende)
für Anfänger und Fortgeschrittene, regional

Praxiswerkstätten für emo · logos-Teilnehmer

Coaching und Inhouse-Seminare

Individuelle Beratungen (auch vor Ort) über
Work-Life-Balance
Krisenintervention für Führungskräfte
Privat- und berufsbezogene Fragen

Selfness – „the royal way“ in die Zukunft



Impressum

Text / Entwurf: Barbara Strack, Pädagogin

Ulrike Schäfer, Spa-Consultant

Proof Reading: W.-D. Groß | cmi Berlin

Lektorat: Dr. Elisabeth Botsch

Layout: Cornelia Stark | HerrlichStark

Bildnachweis: Photocase

Druck: Printing & Media Center Preis

Überlingerstr. 9 | 88630 Pfullendorf

Tel 07552 - 400727

emo · logos | Pädagogisches Institut für

emotionale Kompetenz GmbH

Karl-Marx-Str. 83 | D-14547 Fichtenwalde

Tel 033206 - 21904 | Fax 033206 - 21905

info@emo-logos.de | www.emo-logos.de

emologos®