

sekoerber Methode intensiv



Selbsterfahrung für
Fortgeschrittene



VORAUSSETZUNGEN

hard skills

- 10y+ Erfahrung als Führungskraft in einem Corporate

oder

- 7y+ selbstständiger Unternehmer mit Führungsverantwortung

UND

- Ausbildung zum Trainer/Coach/LSB/Führung nach sekoerber
- Selbsterfahrung

soft skills

- Reflexionsfähigkeit
- Feedbackfähigkeit
- Einsichtsfähigkeit
- Veränderungsfreude
- Bereitschaft, eigene Glaubensmodelle zu hinterfragen und gehen zu lassen
- hohe kognitive Leistungsfähigkeit und Schnelligkeit
- Macher-Attitude
- Liebe zum Menschen
- Interesse an der Entwicklung der Menschheit
- großes Denken
- Herz
- Ehrlichkeit

Konzept

ICH - Tag 1+2

Ich als Person:

1. Selbstbild, Fremdbild
2. Diskrepanzen zwischen meinem Selbst- und Fremdbild
3. Meine Selbstbetrugsmechanismen
4. Meine Moral
5. Idealselbst in meinem Selbstkonzept
6. Bereitschaft, mein Selbstbild gehen zu lassen mit den dazugehörigen Veränderungen in meinem System
7. Meine Schattenseiten
8. Meine Trigger - was lässt mich die Kontrolle verlieren
9. Mein Beitrag zu dieser Welt - Mein Purpose

Ich als Trainer:

1. Wie wirke ich auf die Gruppe
2. Was denken sich Menschen heimlich über mich, würden sich aber nie trauen, es mir direkt zu sagen
3. Welche Anteile sind mir selbst nicht bewusst, die zu Distanz und Friktion in gruppendynamischen Prozessen führen werden.
4. Menschenkenntnis. Wie erkenne ich unterschiedliche Merkmale schnell und kann dadurch gruppendynamische Rollen einordnen.
5. Feedback. Wie gebe ich richtig Feedback. Wie gehe ich mit negativem Feedback um.

Live-Simulationen nach der sekoerber-Methode

SEKOERBER-METHODE - Tag 3

COO

1. Was ist COO
2. In welchen Prozessen wende ich COO an?
3. COO am Individuum
4. COO in der Gruppe
5. COO in der Organisation
6. Wie erläutere ich didaktisch höchst wirksam das sekoerber-Konzept der Veränderung COO
7. Wie wende ich dieses Konzept live auf die Gruppe an
8. Wie gehe ich META

1. BEWUSSTHEIT:

1. Bewusstheit
2. Die sunk cost fallacy
3. Schnelles und langsames Denken nach Kahnemann
4. Vorurteile und die Repräsentativheuristik
5. Bewusstheit statt Beurteilungsfreiheit
6. Die Verfügbarkeitsheuristik
7. Die Ankerheuristik
8. Wie kann ich möglichst schnell meine Bewusstheit steigern. Wie weiß ich mehr über mich, was ich vorher nicht wusste (unbewusst war)

Live-Simulationen nach der sekoerber-Methode

SEKOERBER-METHODE - Tag 4

2. OWNERSHIP

1. Der schwierigste Schritt in der Selbstentwicklung.
Von der Bewusstheit zur Problembewusstheit.
2. Wie bekomme ich TN in die Ownership
3. Wie erkenne ich, wenn TN sich selbst täuschen
4. Wie erkenne ich, wenn TN mich täuschen möchten
5. Wie gehe ich mit auftretenden Emotionen um
6. Circle of Influence
7. Anwendung des COI im Training

3. ÜBERWINDUNG:

1. Meine Beziehung zu Schmerz
2. Was ist Mut
3. Kann jeder mutig sein
4. Wie schaffe ich es, TN aus ihrer Comfort Zone live im Seminar zu bewegen
5. Selbstwert und Mut - Korrelation und Kausalität
6. Dopamin
7. Der Fisch

Live-Simulationen nach der sekoerber-Methode

DIE GRUPPE - Tag 5

Vertrauen in der Gruppe herstellen:

1. Warum ist Vertrauen mein Arbeitsinstrument
2. Ich als Trainer bin für das Vertrauen im Raum verantwortlich
3. Wie schaffe ich zwischen mir als TrainerIn und der Gruppe sofort emotionalen Rapport
4. Wie schaffe ich Vertrauen zu mir als TrainerIn.
5. Wie schaffe ich es schnell, alle Teilnehmenden soweit aus ihren Rollen zu bewegen, dass eine Atmosphäre der echten Offenheit und Vertrauens entsteht
6. Die Differenzierungsübung anleiten

Gruppendynamik

1. Was ist Gruppendynamik
2. Wie steuere ich Gruppendynamik
3. Zeitempfinden und Aufmerksamkeitsbindung als Maßstab
4. Dynamikkiller
5. Dynamikbeschleuniger

Live-Simulationen nach der sekoerber-Methode

DIE GRUPPE - Tag 6

Umgang mit Widerstand in der Gruppe

1. Wie erkenne ich Widerstand von Sekunde 1
2. Wie bearbeite ich Widerstand bevor er manifest wird.
3. Wie mache ich latenten Widerstand sichtbar
4. Wie ziehe ich als Trainer einen Lektion für die Gruppe aus dem Widerstand (Analogie zu Führung)

Performance

1. Die Performance als Übung
2. Wie instruiere ich die Performance, damit sie funktioniert.
3. Wann wende ich die Performance an, wann lasse ich sie weg
4. Wie erkenne ich eine Fake-Performance und wie gehe ich damit um

Live-Simulationen nach der sekoerber-Methode

DYNAMIK UND AKTION - Tag 7

Das sekoerber-Simulation

1. Unterschied Rollenspiel zu unserer Methode+
2. Instruktion des SekSi
3. Case Studies schärfen
4. Selektion des Kriteriums der Entwicklung
5. Durchführung
6. Umgang mit Widerstand

Gruppendynamik

1. Was ist Gruppendynamik
2. Wie steuere ich Gruppendynamik
3. Zeitempfinden und Aufmerksamkeitsbindung als Maßstab
4. Dynamikkiller
5. Dynamikbeschleuniger

Live-Simulationen nach der sekoerber-Methode

CHANGE + KULTUR - TAG 8

Change in Organisationen

1. Wie funktioniert Organisationsentwicklung in Change Prozessen
2. Wie definiere ich Erfolgskriterien und validiere diese in der Organisation
3. Wie adressiere ich die emotionale Ebene der Angst in Veränderungsprozessen so, dass hier kein Hindernis entsteht
4. Gossip als Changebeschleuniger und -hemmer
5. Kommunikation von Change. Biggest mistakes

Kulturveränderung

1. Was ist Kultur
2. Wie schaffe ich die Brücke zwischen abstrakten Werten und konkret beobachtbaren Aktionen
3. Wie schaffe ich ein Anreiz- und Sanktionssystem für eine gewünschte Kulturveränderung
4. Wie hängt Kultur mit Produktivität und Umsatz zusammen
5. Wie bildet sich Kultur
6. Wie finde ich die kulturbildenden Personen heraus
7. Wie verändere ich bewusst Kultur
8. Wie messe ich diese Veränderung

Live-Simulationen nach der sekoerber-Methode

Wie wir arbeiten...

Methoden

- **Metabene**

- sich selbst aus der Situation zu nehmen und wie von oben zu betrachten ist die Strategie des Selbstmanagements.
- Sie bringt gesunde Distanz und starke Entscheidungen zutage

- **Erfahrung im Tun.**

- Die TeilnehmerInnen werden sehr schnell in die Aktion gebracht.
- Sie erkennen sich selbst im Tun.

- **Interaktion**

- Sofort wird interagiert und somit der Status jeder/s TNin erfasst.
- Somit wird dynamisch da angesetzt, wo die Gruppe steht.

- **Gruppendynamik**

- Durch gruppendynamische Effekte entsteht eine Kraft im Raum
- Diese führt dazu, dass der Tag aufregend und kurzweilig empfunden wird

- **Provokation**

- Durch Provokative Äußerungen werden TNinnen in die Emotion gebracht und beziehen Stellung.
- Dadurch wird eventuelle Apathie gebrochen und Energie flutet die Gruppe

- **Simulation**

- Transfer durch Simulation schwieriger Situationen live im Seminar

- **Feedback**

- konstantes, auch kritisches Feedback hilft, sich selbst zu relativieren und zu entwickeln
- Feedback geben und nehmen wird geübt und somit zur Normalität der Interaktion.

sekoerber-Methode COO

Der gesamte Prozess, als auch jede Trainings- und Coachingeinheit folgt unser Methode.
Selbsterkenntnis als die Basis wirksamer Veränderung.

Bewusstheit:

Am Anfang jedes erfolgreichen Veränderungsprozesses steht **Selbsterkenntnis**.



Ownership:

Hier entspringt der **Veränderungswille** aus jeder Person intrinsisch.

Es ist MEIN Prozess. I own it.

Überwindung:

Sichtbarkeit und **Transfer** in den Business-Alltag.
Verhalten wird live im Training bereits überwunden und verändertes Verhalten **für alle sichtbar** in den Alltag transferiert.

COO

1. Consciousness - Bewusstheit

Am Anfang jedes erfolgreichen Veränderungsprozesses steht **Selbsterkenntnis**.

Hier wird TN*innen bewusst, woher eigene Hindernisse und Widerstände rühren, oder dass diese überhaupt existieren.

Sie erkennen ihre eigene psychologische Struktur. Unbewusste Aspekte werden bewusst und somit bearbeitbar gemacht.

2. Ownership

Reine Bewusstheit führt noch NICHT zu Veränderung.

Erst Ownership, also die Erkenntnis, dass eigene Haltungen, Denkmuster und Verhaltensweisen problematisch sind und somit zu bearbeiten sind, leitet Veränderung ein.

Diese Ownership wird im Training/Coaching erzeugt. Somit entspringt der **Veränderungswille** aus jeder Person intrinsisch.

3. Overcoming - Überwindung

Im 3. Schritt geht es um Sichtbarkeit und **Transfer** in den Business-Alltag. Hierzu ist bei jeder Veränderung die Überwindung alter Muster notwendig. Neue Haltung zeigt sich zuletzt im täglichen Verhalten.

Altes Verhalten wird live im Training bereits überwunden und verändertes Verhalten **für alle sichtbar** in den Alltag transferiert. Dadurch ergeben sich Multiplikations- und Inspirationseffekte in der Organisation.



Was es kostet...

€ 9.500,- (exkl. USt)



Let's go!

sekoerber GmbH

Lerchenfelder Straße 81/25, 1070 Wien

UID.: ATU69804857

FN: 437958g

Zentrum Burgenland

Römerstraße 27A / Friedrichshof

2424 Zurndorf

sekoerber Colombia SAS

Medellín Antioquia Barbosa

Antigua via, Barbosa-Concepción

Finca sekoerber