

WEBINAR-REIHE

„Angst erfolgreich coachen“ mit Andrea Gutsfeld, zertifizierte Coach DCV

Angst – eine zentrale, starke Emotion! Jeder kennt sie. Jeder hat sie. Kaum jemand spricht darüber. Schon gar nicht im Business. z. B.:

- Präsentations- und Prüfungsängste
- Angst vor Veränderung, Zukunftsängste
- Angst aufgrund von Stress und Druck, Überforderung und Versagen
- Soziale oder existenzielle Ängste
- Ein bedrohliches Weltbild
-

Anlässe für angstvolles Denken gibt es also ausreichend – auch jenseits der aktuellen Covid 19 Pandemie. **Wenn Ängste Handeln und (Arbeits-)Leben einschränken, ist Vorsicht geboten. Denn verborgene und unverhältnismäßige Ängste beeinträchtigen die Leistungs- und Handlungsfähigkeit!**

Bei der Entstehung von Ängsten wirken viele Komponenten. Die Bedeutung des Denkens und das Erleben von Selbstwirksamkeit stehen im Fokus dieses Webinars. Es gibt einfache und sehr effektive Übungen, die Verarbeitungsmechanismen des Gehirns nutzen.

Neue Erkenntnisse der Hirnforschung, persönliche Angsterfahrungen und meine Kenntnisse als Business Coach habe ich für Sie in diesem Webinar gebündelt. Profitieren Sie von neuen Interventionen in Ihrer alltäglichen Arbeit als Coach.

ZIELGRUPPE

Coaches / coachende Führungskräfte

ZIELE des Webinars

- Sie erhalten aktuelles Wissen zum Thema Angst: Ursachen und Wirkmechanismen
- Sie erfahren, wie Sie mit gezielten Interventionen angstfreie, neuronale Vernetzung entstehen lassen
- Sie lernen neue, künstlerisch-kreative Methoden speziell zum Thema Angst kennen, mit denen
- Sie die Selbststeuerungskompetenz Ihrer privaten wie Business Kunden deutlich erhöhen

UMFANG

5 Webinare á 60 Minuten

INHALTE des Webinars

Teil 1: Angst-Wissen

Das Wissen über die Entstehung und Wirkmechanismen von Angst ist die beste Intervention!

- Diese Ursachen und Formen der Angst gibt es
- Aktuelle Erkenntnisse aus Literatur und (Neuro-)Wissenschaft
- Zentrale Angst-Ursachen für die Tätigkeitsfelder von Coaches
- Angst-Klassifikationen gemäß ICD-10

Teil 2: Bewusstheit schaffen

Bei keiner Emotion mit so hohem Krankheitspotential spielt das eigene Denken eine so gravierende Rolle!

- Komplizierte, meist unbewusste Gedankenstrukturen und absurde Logiken entlarven
- Mit gezielten Interventionen ein „bewusstes Denken über das Denken“ fördern
- Muster unterbrechen, Interpretationsrahmen wechseln, Neues festigen

Teil 3: Ziele in den Fokus

Ängste treten schnell in den Vordergrund. Sie verdecken dann das Wesentliche: ein Ziel mit Zugkraft!

- Trotz „Angst im Nacken“ den Fokus auf Ziele und Handlungsoptionen richten
- Die Bedeutung von Werten für Willenskraft und Stärke
- Qualitäten von Zielen bei Angst

Teil 4: Selbstwirksamkeit erlebbar machen

Das Selbstbild hat maßgeblichen Einfluss darauf, ob Ihr Kunde Handlungsspielräume als begrenzt oder erweitert erlebt!

- Selbstwirksamkeit erlebbar machen - angstbasierte Hindernisse überwinden
- Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl ängstliche Menschen stärken
- Nachhaltige Erfolge durch ganzheitliche Arbeit

Teil 5: Neue, kreative und erprobte Interventionen gegen Angst

Setzen Sie neue Impulse!

- Neue Interventionen, die Wahrnehmung erweitern und Ressourcen aktivieren
- Kreisenden, destruktiven Gedanken auf kreative Art eine angstfreie Richtung
- Bildassoziationen, Storytelling und weitere Tools speziell zum Thema

Holen Sie Ihre Kunden heraus aus deren ängstlichen Innenwelt aus vermeintlichen Gefahren.

TERMINE

Dienstags, 09.06., 16.06., 23.06., 30.06. und 07.07.2020, jeweils 18.00 h – 19.00 h

VERANSTALTUNGSORT

Online über Zoom.us

binnovativ[®]

TRAINING COACHING TOOLS

IHRE INVESTITION

Für 5 Webinare á 60 Minuten investieren Sie € 199,- inclusive einem Buchexemplar „Angst erfolgreich coachen – Handbuch für Coaches und Führungskräfte“, frisch erschienen.

Mitglieder der Verbände DCV (Deutscher Coaching Verband) und ICF Deutschland (International Coach Federation) erhalten einen Rabatt von € 20,00 €.

ANMELDUNG

Bitte senden Sie Ihre verbindliche Anmeldung an Andrea.Gutsfeld@binnovativ.de

Nach der Anmeldung erfolgt die Rechnungstellung, zahlbar bis 30.05.2020. Nach eingegangener Überweisung erhalten Sie Ihre persönlichen Zugangsdaten zum Webinar.

WEITERBILDUNGS-NACHWEIS

Für dieses Webinar erhalten Sie einen Nachweis über 5 Stunden á 60 Minuten.

WEBINARLEITUNG

Andrea Gutsfeld

