



**SEMINARE
& TRAININGS**

2018

„Ziel des Lebens ist Selbstentwicklung. Das eigene Wesen völlig zur Entfaltung zu bringen, das ist unsere Bestimmung.“

Oscar Wilde

Die Arbeitswelt 4.0 stellt Organisationen und deren Führungskräfte und Beschäftigte vor Herausforderungen, die getrieben werden durch Globalisierung, Digitalisierung und den demografischen Wandel. So ist verstärkt der Trend zur Mobilisierung und Flexibilisierung der Arbeit, verbunden mit einer Entstandardisierung von Beschäftigungsverhältnissen, zu beobachten. Um langfristig erfolgreich zu bleiben, müssen Unternehmen den Übergang in die Arbeitswelt 4.0 aktiv gestalten. Die Aneignung von Kompetenzen in den Bereichen mobiles & flexibles Arbeiten, Diversity Management und Umgang mit Belastungsfaktoren der Arbeitswelt 4.0 steht daher im Mittelpunkt unserer Seminar- und Trainingsangebote.

Im Herzen Berlins bieten wir Ihnen in unseren Seminarräumlichkeiten ein neutrales Lernumfeld mit einer harmonischen Lernatmosphäre. Eine Kombination aus der Vermittlung neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse und einem direkten Bezug zur Arbeitspraxis der Teilnehmenden, sorgt für abwechslungsreiche Seminarinhalte. Ein offener Erfahrungsaustausch und die Reflexion von individuellen Fällen ist fester Bestandteil unserer Seminare und Trainings.

Über unser offenes Seminarangebot hinaus, unterstützen wir Sie auch bei der Planung und Durchführung von Inhouse-Schulungen. Sie können aus unserem öffentlichen Seminarprogramm wählen oder Sie passen ein bestehendes Seminar ganz individuell an Ihre Bedürfnisse an. Kontaktieren Sie uns für eine individuelle Beratung!

Dr. Julia Hapkemeyer
Geschäftsführerin

Nicole Scheibner
Geschäftsführerin

Alexander Tirpitz
Geschäftsführer



SEMINARE & TRAININGS 2018

Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen Den Prozess verstehen und optimal gestalten	2
Umgang mit psychisch beanspruchten Beschäftigten Belastungen erkennen und ihnen begegnen	3
Mobiles Arbeiten & Entgrenzung Im Spannungsfeld zwischen Flexibilitäts- und Erreichbarkeitserwartungen	4
Diversity Management Vielfalt im Team nutzen und führen	5
Resilienz Die eigenen Ressourcen stärken und managen	6
Business Yoga Stressbewältigung durch Achtsamkeit	7
Führungspsychologische Grundlagen Mitarbeiter und Teams effektiv führen	8
Sparring für Führungskräfte Im Kampf die eigenen Stärken erkennen und nutzen	9
Interne Marketingkommunikation Information und Kommunikation effektiv gestalten	10
Konfliktmanagement Konflikte konstruktiv lösen	11
Supervision für BEM Beauftragte Herausforderungen von BEM-Gesprächen meistern	12



Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen

Den Prozess verstehen und optimal gestalten

Berlin 01.-02.03. 2018
29.-30.11. 2018

Programm

- Vorstellung von Instrumenten und Vorgehensweisen zur Ermittlung psych. Belastungen und Gefährdungen
- Analyse der Ist-Situation im eigenen Unternehmen
- Strategie zur Umsetzung der Gefährdungsanalyse psychischer Belastungen im eigenen Unternehmen
- Dokumentationspflichten
- Wirksamkeitskontrolle der Maßnahmen
- Klärung möglicher Hürden im Prozess

Seminarziel

Die Teilnehmenden entwickeln ein Konzept für die Durchführung der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen im jeweils eigenen Unternehmen.

Methoden

Vermittlung theoretischer Grundlagen, offener Erfahrungsaustausch, angeleitete Gruppendiskussionen, Vorbereitung auf Praxis-Transfer

Zielgruppe

Führungskräfte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Mitarbeitende des Personalbereichs

Teilnahmegebühr

790€ inkl. Seminarunterlagen und Verpflegung während des Seminars (zzgl. MwSt.)

Referentin

Laura Buchinger ist Psychologin (M.Sc.) am EO Institut. Ihre Schwerpunkte sind insbesondere die Beratung und die Unterstützung bei der Projektierung der betrieblichen Gefährdungsbeurteilung für verschiedenste Branchen.

Anmeldung bis zum 15.02.18
an akademie@eo-institut.de



Umgang mit psychisch beanspruchten Beschäftigten

Belastungen erkennen und ihnen begegnen

Berlin 22.-23.03. 2018

Programm

- Abgrenzung von Belastung & Stress
- Individuelle und organisationale Ursachen für psych. Belastungen und Stress
- Analyse der eigenen Stressbelastung und persönlicher Stressverstärker, Strategien zur Stressbewältigung
- Psychische Widerstandsfähigkeit (Resilienz) entwickeln
- Überblick zu psychischen Erkrankungen
- Handlungsmöglichkeiten und Grenzen der Unterstützung
- Gesprächsführung mit Betroffenen

Seminarziel

Es geht darum, Warnsignale zu erkennen, Belastungsursachen zu analysieren und Ressourcen aufzubauen. Dabei geht es sowohl um Belastungen und Ressourcen in der Organisation bzw. bei den Beschäftigten als auch um persönliche Belastungssituationen der Teilnehmenden.

Methoden

Vermittlung theoretischer Grundlagen, angeleitete Gruppendiskussion, Selbstreflexion, Gruppen- und Einzelarbeit mit Fallbeispielen, offener Erfahrungsaustausch

Zielgruppe

Führungskräfte, Mitarbeitende des Personalbereichs, BGM Beauftragte

Referentin

Theresa Bergau ist Psychologin (M.Sc.) am EO Institut. Ihre Schwerpunkte liegen in der Beratung von Beschäftigten und Führungskräften zu gesundheitspsychologischen Themen wie Resilienz, Achtsamkeit, Stressbewältigung und Selbstmanagement.

Teilnahmegebühr

790€ inkl. Seminarunterlagen und Verpflegung während des Seminars (zzgl. MwSt.)

Anmeldung bis zum 01.03.18 an akademie@eo-institut.de



Mobiles Arbeiten und Entgrenzung

Im Spannungsfeld zwischen Flexibilitäts- und Erreichbarkeitserwartungen

Berlin 16.05.2018

Programm

- Chancen und Risiken flexibler Arbeitsformen
- Individuelle und soziale Voraussetzungen für gesundheitsbewusstes und erfolgreiches mobiles Arbeiten
- Besonderheiten beim Führen auf Distanz
- Mit Problemen und Herausforderungen mobiler Arbeitsformen umgehen
- Eigene Gestaltungsmöglichkeiten wahrnehmen

Seminarziel

Es werden praktische Handlungsempfehlungen zur Gestaltung mobiler Arbeitsformen erarbeitet und ausgetauscht. Dabei wird der Erfahrungsaus-

tausch zwischen den teilnehmenden Führungskräften methodisch unterstützt und es werden aktuelle und praxisrelevante Erkenntnisse aus der Forschung vorgestellt.

Methoden

Vermittlung kommunikations- und arbeitspsychologischer Grundlagen, offener Erfahrungsaustausch, Selbstreflexion, angeleitete Gruppendiskussionen, Vorbereitung auf Praxis-Transfer

Zielgruppe

Führungskräfte aller Branchen

Teilnahmegebühr

890€ inkl. Seminarunterlagen und Verpflegung während des Seminars (zzgl. MwSt.)

Referent

Felix Klapprott ist Psychologe (M.Sc.) am EO Institut. Seine Schwerpunkte liegen in den Bereichen der Auswirkungen des technologischen Wandels auf die Arbeitswelt und Organisationsentwicklung (Kommunikation und Führung). Vor seiner Tätigkeit beim EO Institut unterstützte er auf freiberuflicher Basis ein Start-Up bei der Weiterentwicklung seiner Service-Einheit.

Anmeldung bis zum 01.05.18
an akademie@eo-institut.de



Diversity Management

Vielfalt im Team nutzen und führen

Berlin 26.06.2018

Programm

- Relevanz des Themas für Führungskräfte
- Unterschiede im Team gezielt nutzen lernen
- Strategien im Umgang mit Unterschieden im Team
- Rolle der Führungskraft im Rahmen eines Diversity Managements
- Ansätze zur Entwicklung einer individuellen Diversity-Management-Strategie

Seminarziel

Die Teilnehmenden wissen wie Unterschiede am Arbeitsplatz für alle Beteiligten genutzt werden können. Sie haben gelernt, verschiedene Perspektiven einzunehmen und die viel-

fältigen Potenziale im Team im Rahmen ihrer Führung zu berücksichtigen. Dafür haben sie auf Teamebene eine entsprechende Diversity-Management-Strategie erarbeitet.

Methoden

Vermittlung gruppenpsychologischer und anderer theoretischer Grundlagen, Selbstreflexion, moderierte Gruppendiskussionen, Gruppen- und Einzelarbeit

Zielgruppe

Führungskräfte aller Branchen

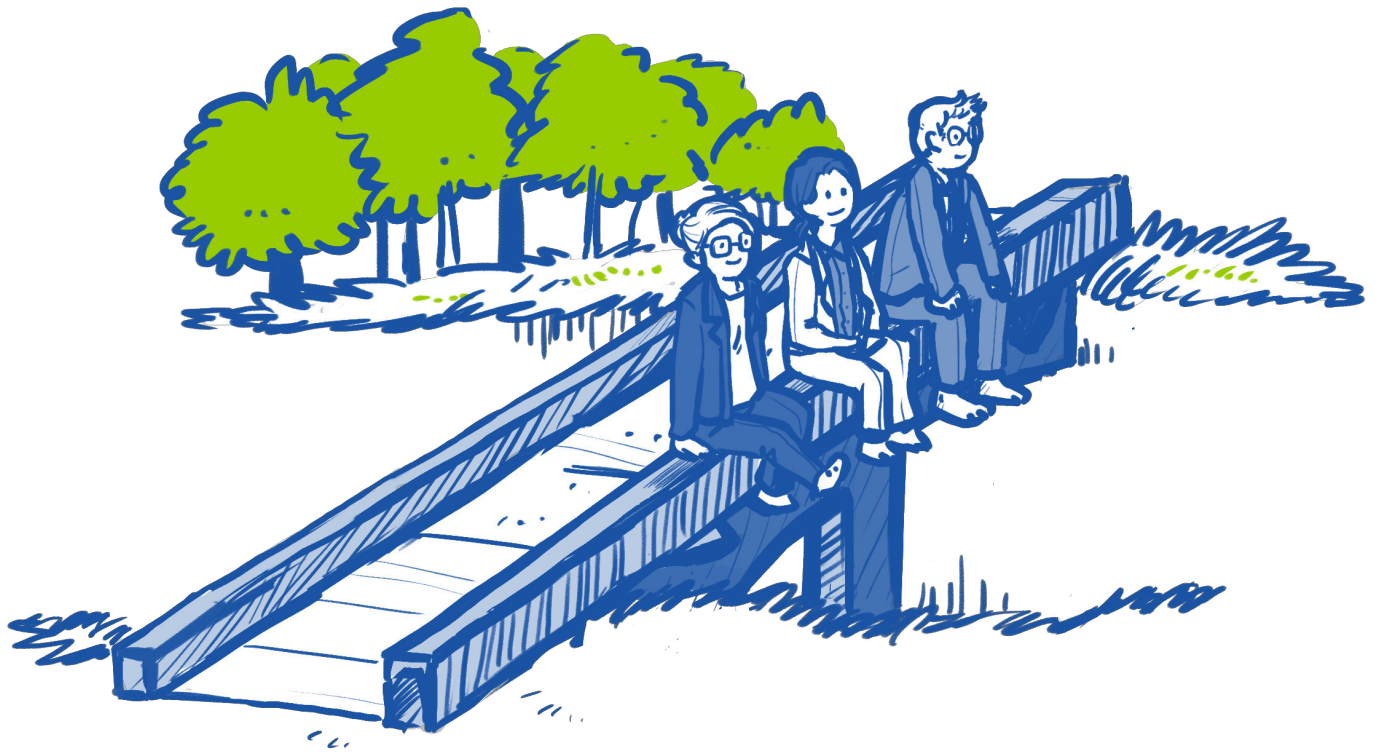
Teilnahmegebühr

890€ inkl. Seminarunterlagen und Verpflegung während des Seminars (zzgl. MwSt.)

Referent

Alexander Tirpitz ist Geschäftsführer des EO Instituts und berät und unterstützt Unternehmen und öffentliche Institutionen bei der Führungskräfte- und Organisationsentwicklung. Seine Schwerpunktthemen sind Diversity und Interkulturelles Management, Führung, Change Management und Betriebliches Gesundheitsmanagement.

Anmeldung bis zum 01.06.18
an akademie@eo-institut.de



Resilienz

Die eigenen Ressourcen stärken und managen

Berlin 19.-20.07.2018

Programm

- Schutzfaktoren der Resilienz
- Überdenken eigener Handlungs- und Denkmuster
- Gleichgewicht zwischen Belastung und Entlastung
- Grenzen wahrnehmen, Nein sagen lernen
- Visionen, Werte und Ziele definieren
- Umgang mit Stress: innere Antreiber und Motivatoren erkennen
- Eigene Stressmuster aufdecken
- Belastungssituationen bei sich erkennen, Prävention von Burnout
- Umgang mit Entgrenzung/abschalten können

Seminarziel

Teilnehmende kennen die individuellen Schutzfaktoren der Resilienz. Sie kennen persönliche Stärken und wie sie diese ausbauen können. Sie reflektieren Ihre persönliche Situation und können (negative) Denk- und Verhaltensmuster hinterfragen. Das Finden eines Gleichgewichts zwischen An- und Entspannung soll erlernt werden.

Methoden

Vermittlung theoretischer Grundlagen, Selbstreflexion, Gruppen- und Einzelarbeit, offener Erfahrungsaustausch, Vorbereitung auf Praxistransfer

Zielgruppe

Beschäftigte und Führungskräfte aller Branchen

Referentin

Lisa Zimathies ist Psychologin (M.Sc.) am EO Institut. Als zertifizierte Business-Moderatorin (dvct) forscht sie zu und unterstützt Organisationen, Führungskräfte und Beschäftigte beim Auf- und Ausbau von Resilienz. Bereits während des Studiums untersuchte sie die Auswirkungen und Möglichkeiten zur individuellen Entwicklung und Stärkung von psychischer Widerstandskraft.

Teilnahmegebühr

890€ inkl. Seminarunterlagen und Verpflegung während des Seminars (zzgl. MwSt.)

Anmeldung bis zum 01.07.18 an akademie@eo-institut.de



Business Yoga

Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Berlin 02.-03.08. 2018

Programm

- Einblick in den theoretischen Hintergrund und die Wirkweisen von Yoga und Meditation.
- Verdeutlichung der unterschiedlichen Wirkebenen und deren Zusammenspiel
- Erlernen einzelner Yogasequenzen und Meditations-techniken
- Auseinandersetzung mit Herausforderungen im (Arbeits-) Alltag und Ansätzen wie Yoga beim Umgang damit helfen kann
- Übungen zur Förderung der Resilienz und des Selbstvertrauens in konkreten (Führungs-) Situationen
- Vorstellung verschiedener Stile

Seminarziel

Die Teilnehmenden wissen auf welchen Ebenen Yoga und Meditation wirken und wie diese Ebenen voneinander abhängen. Die Teilnehmenden lernen ihre Bedürfnisse wahrzunehmen und achtsam durch den Alltag zu gehen. Die Teilnehmenden haben konkrete praktische Übungen zur Entspannung und Stressreduktion erlernt, die Sie in Ihrem (Arbeits-) Alltag anwenden können.

Methoden

Vermittlung theoretischer Grundlagen, offener Erfahrungsaustausch, praktische Yogasequenzen & Impulsvorträge, Rollenspiele

Zielgruppe

Führungskräfte aller Branchen

Referentin und Trainerin

Laura Buchinger ist zertifizierte Yoga Lehrerin. Ihr 200hr Yoga Teacher Training absolvierte sie in Vancouver, Kanada. Das Ausbildungsinstitut ist bei der Yoga Alliance und der Canadian Yoga Alliance gelistet. Nach Abschluss Ihrer Ausbildung hat sie bei Karma Teachers in Vancouver Vinyasa und Power Yoga unterrichtet.

Teilnahmegebühr

1590€ inkl. Seminarunterlagen, Yoga Zubehör und Verpflegung während des Seminars (zzgl. MwSt.)

Anmeldung bis zum 01.07.18
an akademie@eo-institut.de



Führungspsychologische Grundlagen

Mitarbeiter und Teams effektiv führen

Berlin 30.-31.08.2018

Programm

- Persönlichkeitspsychologie-emotionale Intelligenz in der Führung
- lösungsorientierte Führung
- Gestaltung von Führungsbeziehungen
- Umgang mit Erwartungen
- Führung & Motivation

Seminarziel

Sie reflektieren in dem Seminar ihre eigene Persönlichkeit, Ihre Führungsrolle, Ihren Kommunikationsstil und Ihr Führungsverhalten. Sie kennen Ihre persönlichen Stärken und wissen, wie Sie diese weiter ausbauen können. Sie erlernen führungspsychologische Methoden zur erfolgreichen Umsetzung ihrer Ziele. Sie erfahren, wie Sie Einstellungen und Verhaltenswei-

sen Ihrer Beschäftigten berücksichtigen können, um sowohl motivierend als auch zielorientiert zu handeln.

Methoden

Vermittlung psychologischer Modelle und anderer theoretischer Grundlagen, Selbstreflexion, moderierte Gruppendiskussionen, Gruppen- und Einzelarbeit mit individuellem Feedback, offener Erfahrungsaustausch, Übungen für Praxistransfer

Zielgruppe

Führungskräfte aller Branchen

Teilnahmegebühr

890€ inkl. Seminarunterlagen und Verpflegung während des Seminars (zzgl. MwSt.)

Referentin

Nicole Scheibner ist Diplom-Psychologin und Geschäftsführerin des EO Instituts und berät und unterstützt Unternehmen und öffentliche Institutionen bei der Führungskräfte- und Organisationsentwicklung. Ihre Schwerpunkt-Expertise liegt in den Bereichen Betriebliches Gesundheitsmanagements, (gesunde) Führung und psychische Belastungen am Arbeitsplatz. Zudem ist sie zertifizierter Senior Coach für Managementberatung.

Anmeldung bis zum 15.08.18
an akademie@eo-institut.de



Sparring für Führungskräfte

Im Kampf die eigenen Stärken erkennen und nutzen

Berlin 13.-14.09.2018

Programm

- Psychologische Analogie von Führung und Kampfsport
- Selbstreflexion des eigenen Führungsstils
- Gruppendiskussion zu schwierigen Führungssituationen
- Selbsteinschätzung der beruflichen Persönlichkeit
- Kurze theoretische Einführung in den Kampfsport
- Training verschiedener Schlag- und Tritttechniken im Stand
- Training verschiedener Halte-, Würge- und Hebeltechniken am Boden
- Kurze Wiederholung der trainierten Techniken
- Abschlussrunde mit Selbstreflexion, Gruppen- und Coach-Feedback

Seminarziel

Im Rahmen des Kickbox- und Bodenkampfes erleben Sie,

- welche Bedeutung die mentale Einstellung auf den Kampfverlauf hat
- wie die eigene Haltung auf die/den Partner/in bzw. Gegner/in wirkt,
- wie Sie sich auf eine/n Partner/in/ bzw. Gegner/in einstellen
- welche Rolle technisches Können und taktische Überlegungen spielen
- wie individuelle Nachteile zu Vorteilen werden können
- wie Sie ökonomisch mit Ihrer Kraft und Ausdauer umgehen und ggf. sogar durch Nachgeben siegen können.

Methoden

Vermittlung theoretischer/psychologischer Grundlagen, Selbstreflexion, moderierte Gruppendiskussionen und -feedback, praktisches Kampfsport-Training

Coach und Referent

Alexander Tirpitz ist Geschäftsführer des EO Instituts und berät und unterstützt Unternehmen und öffentliche Institutionen bei der Führungskräfte- und Organisationsentwicklung. Er betreibt seit über 25 Jahren Kampfsport, ist Träger des 3. Dan im Ju-Jutsu und ehemaliges Mitglied der Deutschen Ju-Jutsu Nationalmannschaft.

Zielgruppe

Führungskräfte aller Branchen

Teilnahmegebühr

1590€ inkl. Seminarunterlagen, Schutzausrüstung und Verpflegung während des Seminars (zzgl. MwSt.)

Anmeldung bis zum 15.08.18 an akademie@eo-institut.de



Erfolgreiche Projektkommunikation im Unternehmen

Alle abholen, jeden mitnehmen

Berlin 27.09.2018

Programm

Das Seminar ist wie folgt aufgebaut:

- Was beeinflusst unsere Aufmerksamkeit?
- Wie kann die Aufmerksamkeit einer Zielgruppe gewonnen werden?
- Wie werden Informationen vom Menschen verarbeitet?
- Welche Einflussfaktoren auf die menschliche Informationsverarbeitung gibt es?
- Weshalb Projekterfolg zu 90% durch Kommunikation und Information bedingt ist?
- Wie beeinflussen Informationen unsere Entscheidungen?
- Welche Prinzipien sind zu

befolgen, um alle abzuholen und jeden mitzunehmen?

Seminarziel

Die Teilnehmenden bekommen einen Einblick in die Grundlagen der Informations- und Kommunikationspsychologie und lernen Instrumente und Strategien einer effektiven internen Kommunikation selbst anzuwenden. Das Seminar befähigt die Teilnehmenden zu einer erfolgreichen Begleitkommunikation von unternehmensinternen Projekten.

Methoden

Theoretische Vermittlung von Informations- und Kommunikationspsychologischen Grundlagen, praktische Übungen in Kleingruppen, Experimente, offener Erfahrungsaustausch

Referentin

Deike Schlütter ist Marketingexpertin am EO Institut und unterstützt öffentliche und private Organisationen in Strategie- und Kommunikationsfragen. Ihr Schwerpunkt liegt dabei auf der Beratung zu schwierigen unternehmensinternen Projekten.

Zielgruppe

Führungskräfte und Projektverantwortliche aller Branchen

Teilnahmegebühr

890€ pro Person inklusive Seminarunterlagen und Verpflegung während des Seminars (zzgl. MwSt.)

Anmeldung bis zum 01.09.18 an akademie@eo-institut.de



Konfliktmanagement

Konflikte konstruktiv lösen

Berlin 11.-12.10.2018

Programm

- Innere Einstellung zum Konflikt
- Konfliktarten
- Auswirkungen verschiedener Konfliktstile
- Psychologische Wahrnehmungsfehler
- Chancen von Konflikten
- Reflexion des eigenen Konfliktverhaltens
- Konfliktodynamiken verstehen und durchbrechen
- Konfliktanalysen
- Erlernen effizienter Kommunikationstechniken
- Konfliktgespräche führen: Konflikte konstruktiv und lösungsorientiert ansprechen
- Umgang mit Kritik und Emotionen

Seminarziel

Teilnehmende wissen wie Konflikte entstehen und kennen ihren persönlichen Konfliktstil. Sie lernen Konflikte zu analysieren und lösungsorientiert anzusprechen. Das Seminar bietet die Möglichkeit, eigene Denk- und Verhaltensweisen in Konfliktsituationen zu hinterfragen, um somit in Konfliktsituationen eine konstruktive Haltung zu bewahren.

Methoden

Erläuterung von Hintergründen, Reflexion, Übungen in Kleingruppen, Erfahrungsaustausch, gemeinsame Lösung von konkreten Fallbeispielen, Materialien /Checklisten erleichtern Ihnen die Umsetzung im Arbeitsalltag

Referentin

Lisa Zimathies ist Psychologin (M.Sc.) am EO Institut. Sie ist zertifizierte Business-Moderatorin (dvct) und Expertin für den Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen.

Zielgruppe

Beschäftigte und Führungskräfte aller Branchen

Teilnahmegebühr

890€ inkl. Seminarunterlagen, Schutzausrüstung und Verpflegung während des Seminars (zzgl. MwSt.)

Anmeldung bis zum 20.09.18
an akademie@eo-institut.de



Supervision für BEM Beauftragte

Herausforderungen von BEM-Gesprächen meistern

Berlin 15.-16.11.2018

Programm

- Organisation des BEM-Prozesses
- Rollenverständnis und Rollenkonflikte
- Ängste der Beschäftigten verstehen
- BEM bei Beschäftigten mit psychischen Erkrankungen
- Abgrenzungsstrategien und Psychohygiene
- Fallbesprechung

Seminarziel

Der zweitägige Workshop dient einerseits dem Austausch zu den bisherigen Umsetzungserfahrungen und Best-Practice-Ansätzen des BEM-Prozesses. Daneben liegt der Schwerpunkt auf der Supervision von BEM-Beauftragten. Es werden Bewältigungs- und Abgren-

zungsstrategien vermittelt und ein Austausch im geschützten Rahmen zum Umgang mit entsprechenden schwierigen Gesprächen ermöglicht.

Methoden

Selbstreflexion, Gruppenarbeit und Brainstorming, Bearbeitung von Fallbeispielen, Kollektive Fallberatung, Praxishilfen und -vorlagen

Zielgruppe

BEM-Beauftragte sowie alle Personen, die an der Durchführung von BEM-Gesprächen beteiligt sind

Teilnahmegebühr

790€ inkl. Seminarunterlagen, Schutzausrüstung und Verpflegung während des Seminars (zzgl. MwSt.)

Referentin

Nicole Scheibner ist Diplom-Psychologin und Geschäftsführerin des EO Instituts und berät und unterstützt Unternehmen und öffentliche Institutionen bei der Führungskräfte- und Organisationsentwicklung. Ihre Schwerpunkt-Expertise liegt in den Bereichen Betriebliches Gesundheitsmanagements, (gesunde) Führung und psychische Belastungen am Arbeitsplatz. Zudem ist sie zertifizierter Senior Coach für Managementberatung.

Anmeldung bis zum 01.11.18
an akademie@eo-institut.de

Das EO Institut unterstützt Sie!

Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen

Seit 2013 verpflichtet das Arbeitsschutzgesetz Arbeitgeber, im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung alle psychischen Gefährdungen und Belastungen zu ermitteln, die die Gesundheit der Beschäftigten beeinträchtigen können.

Coaching

Coaching ist eine sehr zielführende Methode, um Führungskräfte in Organisationen individuell bei der Entwicklung ihrer Führungskompetenzen zu unterstützen.

Teamevents

Wir gestalten gesundheitsorientierte Teamentwicklungsprozesse, um aus Ihren Beschäftigten ein Team zu machen.

Beratung

Ihr Erfolg ist Ziel unserer Beratung. Der Blick von außen hilft, die eigenen Ressourcen zu erkennen und geeignete Wege zu finden.

Evaluation

Mithilfe einer professionell durchgeführten Evaluation können Sie Programme, Prozesse und Projekte systematisch bewerten, um den Erfolg zu überprüfen und Optimierungsmöglichkeiten aufzudecken.



EO Institut GmbH

Schumannstraße 17

10117 Berlin

Telefon: 030 400 40 700

Fax: 030 400 40 709

info@EO-Institut.de

www.EO-Institut.de

Mehr erfahren? Folgen Sie uns bei

