

**sandrina sinnvoll  
rempfler erfolgreich  
yu sein**

Im gelingenden Miteinander und in der Führung ist eines der wichtigsten Instrumente  
**die Kunst der Kommunikation!**

Dazu gehört auch das Bewusstsein der eigenen Gedankenwelt ...

Das Gute: Diese Fähigkeiten sind lernbar und tragen direkt zum Erfolg und Zufriedenheit bei!

Fortbildung

**“Wertschätzende Kommunikation und klare Führung”**

... die Vertrauen schafft und gemeinsame Lösungen und Kooperation erzeugt.

Kooperation kann nicht befohlen werden - zum Glück! Doch wir können selber viel dazu beitragen, indem wir klar und wertschätzend kommunizieren, emphatisch und bedürfnisorientiert zuhören lernen, um tragende Lösungen zu finden. Das tönt einfacher als getan ... und besonders in der jetzigen Zeit sind diese verbindenden und konstruktiven Fähigkeiten sehr gefragt und notwendiger denn je.

Erlebe, wie innere Zustimmung erzeugt werden kann. Entdecke, was Wertvolles passiert, wenn die Aufmerksamkeit konsequent auf die Bedürfnisse und (die vielen!) Möglichkeiten gelenkt werden.

**Mit der dazugehörenden Sprache & Haltung kannst Du Erstaunliches bewegen ... und mit Übung!**

**Dein Nutzen:** Du stärkst Deinen authentischen Führungs-Ausdruck, innerlich sowie äusserlich  
Du lernst, für Dich selber einzustehen, Dich einzubringen und auch: gut abzugrenzen!  
Du kannst auch unangenehme Themen klar und lösungsfokussiert rüberbringen.  
Du stärkst Deine Herzlichkeit und gleichzeitig Deine Fähigkeit konstruktiv “zu Reiben”.  
Du erhältst natürliche Sicherheit im Entscheiden und Führen - ob als Chef:In, im Team,  
im Projekt, mit Kunden, im Schulzimmer, in der Familie und für (d)ein erfülltes Leben!

**Ausrichtung:** Wertschätzende Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg  
Lösungsfokussierte Gesprächsführung nach Steve de Shazer, Insoo K. Berg u.a.m.  
Systemisches Business-Coaching | Moderne Hirnforschung | New Work Ansätze  
Existenzielles (sinn-orientiertes) Leadership nach Alfried Längle

**Vorgehen:** Wir arbeiten in einer Kleingruppe, stets praktisch, spielerisch und ganz konkret. Das Gelernte ist sofort anwendbar und umsetzbar. Dank konstruktiver Reflexion lernen wir miteinander und voneinander. Peer-Gruppen und Feedback zwischen den Modulen.

**Leitung:** **Sandrina Rempfler Yu** | [www.sandrina-rempfler.com](http://www.sandrina-rempfler.com)  
Unternehmens-Entwicklerin  
Trainerin für Gewaltfreie Lösungsfokussierte Kommunikation  
Systemischer Business-Coach EAC  
Existenzielles (sinn-orientiertes) Leadership  
In Burma: Reisen & Projekte für Mut und Frieden



**Struktur: Fortbildung in 4 Modulen      9 Tage: Oktober 2022 - Februar 2023**

**Daten / Basis Modul 1                      Fr + Sa, 28. - 29. Oktober 2022**

**Inhalte: Grundlagen der Wertschätzenden Lösungsfokussierten Kommunikation**

- > Hör auf "nett" zu sein, versuch es mit echt!
- > Umgang und Transformation von Ärger, Schuld und Scham (bei sich und bei anderen)
- > Vom Sog des "Problem-Denkens" in den Raum der Lösungen finden
- > Verbundenheit und Vertrauen aufbauen, Wertschätzende Feedback Kultur entwickeln
- > Positive Handlungsfähigkeit entwickeln - in Organisationen, mit Teams und Kunden
- > Selbst-Reflexion. Wahlmöglichkeiten schaffen. Konflikte erkennen und meistern

**Vertiefung Modul 2                      Do + Fr + Sa, 8. - 10. Dezember 2022**

**"Ich mit mir" und Vertiefung der "Lösungsfokussierten Gesprächsführung"**

- > Innere Zerrissenheit auflösen, "Kopf-Kino" entschärfen und konstruktiv übersetzen
- > Selbst-Fürsorge lernen - welche wichtige Fähigkeit für die eigene Resilienz!
- > Visionen klären und verwirklichen, Entscheidungskraft stärken
- > Empathie und Zuversicht aufbauen (zuerst zu sich selber)
- > hoch wirksame Fragetechniken, Methoden und Werkzeuge kennenlernen u. anwenden
- > Ressourcen erkennen und ausbauen, achtsam mit sich sein

**Vertiefung Modul 3                      Fr + Sa, 13. + 14. Januar 2023**

**"Ich mit Anderen" und immer natürlicher werden mit der Haltung / Sprache**

- > "Einfach" In-Beziehung-Sein: präsent - echt - verbunden
- > Brücken bauen ... tragfähig, nachhaltig und in die erwünschte Zukunft hinein
- > Kritik mutig ansprechen lernen, ohne die Beziehung zu gefährden. Klarheit schaffen
- > Mitgefühl vs. Mitleid. Den Anderen ernst nehmen und gleichwohl in der Kraft bleiben
- > Durch echtes Zuhören das Gegenüber verstehen und emotional abholen lernen
- > Selbst-Verantwortung übernehmen und konstruktive Zusammenarbeit ermöglichen

**Vertiefung Modul 4                      Fr. + Sa, 10. + 11. Februar 2023**

**"Ich in Führung" - bewusst, gekonnt kommunizieren und Potenziale entfalten**

- > Führungsqualitäten schleifen und stärken: im Team, im Projekt, als Chef/Chefin, in der Öffentlichkeit, mit Kunden u. Lieferanten, als Eltern, in der Familie, im eigenen Leben...
- > Mutig Entscheiden - Fair Verhandeln - Zum Ziel führen - Andere inspirieren
- > Wandel akzeptieren, begrüßen, gestalten (in sich selber, positives Vorbild für Andere)
- > Effektive Zusammenarbeit und Entscheidungskraft entwickeln. Ansätze aus New Work
- > ... und natürlich auch den eigenen und gemeinsamen Entwicklungs-Prozess feiern :-)

# sandrina sinnvoll rempfler erfolgreich yu sein

**Ort:** Winterthur. Im OWI-Zentrum, Reitweg 7, Winterthur / [www.owi-zentrum-winterthur.ch](http://www.owi-zentrum-winterthur.ch)  
mit ÖV gut erreichbar / Parkhaus ist 300m entfernt

**Zeiten:** jeweils von 9 - 17. 30 Uhr



## Investition:

**Alle vier Module = 9 Tage Fortbildung komplett**  
Fr. 3'420 inkl. Unterlagen und Raummiete

oder

**Basis Modul 1 + Vertiefungs-Modul 2 = 5 Tage**  
Fr. 2'070 inkl. Unterlagen und Raummiete

oder

**Vertiefungs-Module 2, 3, 4 = 7 Tage**  
Fr. 2'970 inkl. Unterlagen und Raummiete



## Besonders für grössere Unternehmen:

Ab 3 Personen vom gleichen Unternehmen gewähre ich gerne einen Spezialpreis.

-> die grösste Wirkung in einem Entwicklungs-Prozess ist das gelebte Vorbild!

-> diese Fortbildung kann auch als Inhouse Workshop - Reihe gebucht werden.

Ich freue mich auf Deine Rückmeldung und kläre auch gerne alle offenen Fragen.  
Die Plätze werden nach bestätigter Anmeldung vergeben.

Ich freue mich sehr auf Dich.

**Herzwärts!**

Sandrina Rempfler Yu