



Coaching und  
ManagementBeratung  
Gabriele Wichert

## **Fach- und Führungskräftetrainings 2020** **effektiv, herausfordernd, verändernd, interaktiv, anwendbar**

### **cmbw Fach-und Führungskräftetraining**

#### **Baustein P**

#### **Persönlichkeitsentfaltung, Selbstverantwortung, Achtsamkeit**

Termin: **7. Oktober 2020 bis 11. Oktober 2020**

Ort: **Freudenburg Bassum**

Trainer: **Coach: Gabriele Wichert, Nachwuchstrainer: Florian Wichert**  
**Kreativ-Event: Physio- und Tuina Therapeutin Petra Brazkiewicz**

Beginn: **16:00 Uhr**

Kosten: **2.900 Euro zzgl. MwSt. und Unterkunft/Verpflegung**

Max.: **10 Teilnehmer**

#### **Seminarinhalt:**

- Musterveränderung: Erkennen, Klären und Weiterentwickeln eigener Persönlichkeitsmuster, dazu u.a. Arbeit mit der Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung
- Mit dem Mehrkräftemodell nach Gabriele Wichert zum Dirigenten seiner bekannten und unbekannt Kräfte werden
- Die Relativität von Stärken und Schwächen entdecken
- Spürbewusstsein u. Aufrichtungstraining: Der sichere Boden
- Kriselnde Beziehungen selbstverantwortlich in die Hand nehmen; Beziehungsanalyse nach Gabriele Wichert
- Kommunikationsexperimente: 1 Wort ist mehr als 1000 nichtssagende Worte
- Bedeutung 'Nichtsätze' in der Kommunikation
- Präsenz erwerben und die persönliche Widerstandskraft trainieren

### **cmbw Fach-und Führungskräftetraining**

#### **Baustein R**

#### **Führung : Dissonanz und Resonanz**

Termin: **18. November 2020 bis 22. November 2020**

Ort: **Freudenburg Bassum**

Trainer: **Coach: Gabriele Wichert**  
**Kreativ-Event: Unternehmer Dr. Francisco Harrison**

Beginn: **16:00 Uhr**

Kosten: **2.900 Euro zzgl. MwSt. und Unterkunft/Verpflegung**

Max.: **8 Teilnehmer**

#### **Seminarinhalt:**

- „Jammern“ und Dankbarkeit im eigenen Erleben und im Führungskontext
- Resonante und dissonante Führungsstile nach Goleman in Theorie und Praxis erproben
- Abgleich des theoretischen Führungsanspruchs mit unternehmerischer Realität
- Entwicklung des eigenen Führungspotentials
- Führen und Geführt werden erfahren, reflektieren und anwenden
- Verhältnis von Nähe und Distanz im Business und Alltag
- Selbstdisziplin, Selbstführung, Persönlicher Raum
- Modell Schubvernichter contra Veränderungsprozesse
- Spüren, Fühlen, Denken als Elemente des Körperorientierten Coachings
- Kommunikationsexperiment: Schweigen

## **Fach- und Führungskräftetrainings 2021** **effektiv, herausfordernd, verändernd, interaktiv, anwendbar**

### **cmbw Fach-und Führungskräftetraining Neu!!!!**

#### **Baustein Z**

#### **Lebentwürfe und Zukunftskonzepte**

Termin: **17. Februar 2021 bis 21. Februar 2021**

Ort: **Freudenburg Bassum**

Trainer: **Coach: Gabriele Wichert**

**Kreativ-Event: Kinder- und Jugendärztin Angela Schütze-Buchholz**

Beginn: **16:00 Uhr**

Kosten: **2.900 Euro zzgl. MwSt. und Unterkunft/Verpflegung**

Max.: **8 Teilnehmer**

#### **Seminarinhalt:**

- Von rosarot bis vernunftblau: Blick durch verschiedene Brillen auf die eigene Zukunft
- Lebentwürfe zwischen Realität und Utopie: Wie, wo, mit wem möchte ich mein Leben gestalten
- Seiltanz Work-Life-Balance : Wieviel Balance tut mir gut
- Guter Rat: Ist unser Gehirn darauf programmiert helfen zu wollen. Brauchen wir das Glücksgefühl, unser Gegenüber mit Rat zu „schlagen“
- Coachende Gesprächsführung in Theorie und Praxis erleben und nutzbar machen für Business und Alltag
- Die Anwendbarkeit des Kommunikationstools „Spiegeln“ interaktiv einüben
- Das Für und Wider verschiedener Fragentechniken reflektieren (hier auch: geschlossene und offene Fragen)
- Der Psychiatrie-Professor Aron Ronald Bodenheimer und seine Theorien von der Obszönität des Fragens kennenlernen und am eigenen Kontext überprüfen



Coaching und  
ManagementBeratung  
Gabriele Wichert

## **Fach- und Führungskräftetrainings 2021** **effektiv, herausfordernd, verändernd, interaktiv, anwendbar**

### **cmbw Fach-und Führungskräftetraining**

#### **Baustein P**

#### **Persönlichkeitsentfaltung, Selbstverantwortung, Achtsamkeit**

Termin: **28. April 2021 bis 2. Mai 2021**

Ort: **Freudenburg Bassum**

Trainer: **Coach: Gabriele Wichert, Nachwuchstrainer: Florian Wichert**  
**Kreativ-Event: Physio- und Tuina Therapeutin Petra Brazkiewicz**

Beginn: **16:00 Uhr**

Kosten: **2.900 Euro zzgl. MwSt. und Unterkunft/Verpflegung**

Max.: **10 Teilnehmer**

#### **Seminarinhalt:**

- Musterveränderung: Erkennen, Klären und Weiterentwickeln eigener Persönlichkeitsmuster, dazu Arbeit mit der Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung
- Mit dem Mehrkräftemodell nach Gabriele Wichert zum Dirigenten seiner bekannten und unbekanntes Kräfte werden
- Die Relativität von Stärken und Schwächen entdecken
- Spürbewusstsein u. Aufrichtungstraining: Der sichere Boden
- Kriselnde Beziehungen selbstverantwortlich in die Hand nehmen; Beziehungsanalyse nach Gabriele Wichert
- Kommunikationsexperimente: 1 Wort ist mehr als 1000 nichtssagende Worte
- Bedeutung 'Nichtsätze' in der Kommunikation
- Präsenz erwerben und die persönliche Widerstandskraft trainieren



**cmbw**

Coaching und  
ManagementBeratung  
Gabriele Wichert

## **Fach- und Führungskräftetrainings 2021** **effektiv, herausfordernd, verändernd, interaktiv, anwendbar**

### **cmbw Fach-und Führungskräftetraining**

#### **Baustein G**

#### **Geld, Glück, Gesprächsführung**

Termin: **13. Oktober 2021 bis 17. Oktober 2021**

Ort: **Freudenburg Bassum**

Trainer: **Coach: Gabriele Wichert, Nachwuchstrainer: Florian Wichert**  
**Kreativ-Event: Trekking-Experte Hannes Vogt**

Beginn: **16:00 Uhr**

Kosten: **2.900 Euro zzgl. MwSt. und Unterkunft/Verpflegung**

Max.: **8 Teilnehmer**

#### **Seminarinhalt:**

- Ich mach mir die Welt, wie sie mir gefällt???
- Glückcoaching: Wie Sorge ich für mein Glück
- Flow : Einführung in eine Glückstheorie
- Geldcoaching: Geld als Anstrengung und Geld als leicht erreichbar
- Umgang mit dem eigenen Wert im Job und im Leben anhand eines Expertencoachings nach Gabriele Wichert
- Abhängigkeit des Selbstwertes von dominanten, fürsorglichen, einfühlsamen u.a. Gesprächspartnern
- Wieso werde ich falsch verstanden? Grundprinzipien der Kommunikation: Codierung und Decodierung
- Theorie und spielerischer Umgang mit dem 4 Ohren/ 4 Schnäbel Kommunikationsmodell nach Schulz von Thun
- Wahrnehmung und Interpretation/ Unterstellung



**cmbw**

Coaching und  
ManagementBeratung  
Gabriele Wichert

## **Fach- und Führungskräftetrainings 2021** **effektiv, herausfordernd, verändernd, interaktiv, anwendbar**

### **cmbw Fach-und Führungskräftetraining**

#### **Baustein C**

#### **Körperorientierte CoachingHandwerkzeuge für Business und Alltag**

Termin: **24. November 2021 bis 28. November 2021**

Ort: **Freudenburg Bassum**

Trainer: **Coach Gabriele Wichert**

Beginn: **16:00 Uhr**

Kosten: **2.900 Euro zzgl. MwSt. und Unterkunft/Verpflegung**

Max.: **8 Teilnehmer**

#### **Seminarinhalt:**

- Exemplarischer Einsatz von cmbw Coachinghandwerkzeugen anhand von Fallbeispielen
- Arbeiten mit persönlichen Erinnerungen, Aufspüren von Erinnerungsmustern
- Illusion Wirklichkeit: Jeder hat seine eigene Wirklichkeit ....
- Kennenlernen und Durchführen von Themenaufstellungen
- Umgehen mit Coachingfragetechniken, wie:  
*Wozu hast du das Thema*
- Lob und Kritik: Ein Dauerbrennerthema anders angepackt

### **cmbw Fach-und Führungskräftetraining**

#### **Baustein R**

#### **Führung : Dissonanz und Resonanz**

Termin: **26. Januar 2022 bis 30. Januar 2022**

Ort: **Freudenburg Bassum**

Trainer: **Coach: Gabriele Wichert**

Beginn: **16:00 Uhr**

Kosten: **2.900 Euro zzgl. MwSt. und Unterkunft/Verpflegung**

Max.: **8 Teilnehmer**

#### **Seminarinhalt:**

- „Jammern“ und Dankbarkeit im eigenen Erleben und im Führungskontext
- Resonante und dissonante Führungsstile nach Goleman in der Theorie und in der Praxis erleben
- Abgleich des theoretischen Anspruchs mit unternehmerischer Realität
- Entwicklung des eigenen Führungspotentials
- Führen und Geführt werden erfahren, reflektieren und anwenden
- Verhältnis von Nähe und Distanz im Business und Alltag
- Selbstdisziplin, Selbstführung, Persönlicher Raum
- Modell Schubvernichter contra Veränderungsprozesse
- Spüren, Fühlen, Denken als Elemente des Körperorientierten Coachings
- Kommunikationsexperiment: Schweigen



cmbw

Coaching und  
ManagementBeratung  
Gabriele Wichert

**Kontakt:**

**Sprechen Sie uns an:**

**cmbw Coaching –**

**ManagementBeratung - Seminare**

**Gabriele Wichert**

Hoher Geistweg 4 28844 Weyhe

Tel: 04203 2338 Mobil: 0162 2148024

coaching@gwichert.de

www.gwichert.de

