BetterThanPossible
Ihr 360°-Unternehmenscoaching

Seminar für Gewerkschafterinnen/Betriebs-/Personalrätinnen
„Erfolg in Sicht – statt Frust im Amt“

So sieht´s aus

Geschlechterquote im Betriebs- und Personalrat, Gender Mainstreaming-Projekte, Frauenförderung - noch nie stand die Geschlechtergerechtigkeit so sehr im Fokus wie heute. Theoretisch müssten Frauen nur noch zugreifen und die angebotenen Chancen nutzen.
Doch ein rund 18%iger Gender-Pay-Gap, die anhaltende Unterrepräsentanz von Frauen auf höheren Führungsebenen – auch im Betriebs- und Personalratsvorsitz – sprechen eine andere Sprache.

Was ist da los?

Das berufliche Verhalten der Geschlechter unterscheidet sich in zwei wesentlichen Aspekten: in der Art der Kommunikation und im Verständnis von Hierarchien. Die Strukturen der Unternehmen und Verwaltungen wurden von Männern geschaffen. Deshalb herrschen hier ungeschriebene Gesetze, die niemand den Frauen beibringt. Die Folgen: Missverständnisse, Konflikte und das Scheitern von Frauen an der vielzitierten „gläsernen Decke“, die sie häufig von den Führungspositionen fernhält. Und das, obwohl die weit überwiegende Zahl der männlichen Führungskräfte durchaus willens ist, Frauen zu (be)fördern.

Paradox

Als Gewerkschafterin, Betriebs- oder Personalrätin setzen Sie sich für die Rechte der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer ein.
Nur: Auch Sie gehören zu *der* Hälfte der Menschheit, die sich der in Hierarchien herrschenden Dynamik, Gebräuche und Sprache nicht immer bewusst ist. Deshalb ist es für Sie ungleich schwieriger, in der Auseinandersetzung mit Führungskräften Ihre Ziele zu erreichen.

Der Weg zum besseren Miteinander

Eine Verbesserung der Kommunikation und des gemeinsamen Verständnisses dient den Interessen aller Beteiligten. Wenn Sie die strukturbedingten Regeln der Hierarchie ebenso verstehen wie die typischen Fallen, die Frauen sich aufgrund sozialisierungsbedingter Sabotageprogramme selber stellen, dann entspannt sich das Verhandlungsklima. Statt Frust im Amt ist plötzlich Erfolg in Sicht. Davon profitieren alle: die weiblichen und die männlichen Beschäftigten und natürlich auch Sie selbst.

Ziel

Ziel dieses Seminars ist es, Sie als Gewerkschafterin, Betriebs- oder Personalrätin zu stärken, damit Sie Ihr Amt souveräner, klarer, leichter und wirkungsvoller ausüben können. Sie lernen, einen gesunden Abstand zu halten und sich die Dinge weniger zu Herzen zu nehmen. Dadurch steigern Sie Ihre Resilienz, Ihre Schlagfertigkeit, Ihre Diplomatie und Ihre Vermittlungsfähigkeiten, so dass Sie Verhandlungen künftig sicherer, gelassener und für alle Beteiligten gewinnbringend führen.

Inhalte

1. Externe Faktoren

Was Männer Frauen nicht erzählen – und kein Karriereratgeber verrät:

- Funktionsweise patriarchal geprägter Hierarchien
- ungeschriebene Regeln männlicher Führungspyramiden
- Handlungsmöglichkeiten im Umgang mit
  Alpha- und Beta-Männern in der Rolle
  - der Geschäftsführung/Amtsleitung
  - des direkten Vorgesetzten
  - der Kollegen
  - der Mitarbeiter
- Genderspezifische Kommunikation:
  - wesentliche Unterschiede im Kommunikationsverhalten von Frauen und Männern
  - sinnvolle Nutzung dieses Wissens in der Praxis
- Herausforderung Rollenabgrenzung Amt - Beschäftigung
  - Framing und Reframing als Mittel zur Klarstellung

2. Interne Faktoren

2.1 Typische “Frauenfallen” …und wie frau sie erfolgreich meistert

- Selbstzweifel
- Perfektionismus
- Beliebtheit
- Erfolgsangst
- Fleiß
- Multitasking
- Aufgeben
- Selbstboykott durch Glaubenssätze

2.2 Selbstbewusstsein, Selbstbehauptung, Selbstdarstellung

- Realistische Einschätzung der eigenen Fähigkeiten und Talente
- Vertrauen in meine Stärken: mit Ressource-Orientierung zum Erfolg
- Grundlagen der Rhetorik für einen wirkungsvollen Auftritt
- Bewusster Einsatz von Sprache, Stimme und Körpersprache
- Tue Gutes und rede darüber!

2.3 Umgang mit Attacken und unfairen Angriffen

- Machtvolles Auftreten
- “Innerer Schutzschild” und persönliche Muthaltung
- Tipps und Tricks

2.4 Stress lass nach!

- Entlarven der individuellen Stressmuster
- Einfache Techniken zur Steigerung der Resilienz

Unsere Leistungen – Ihre Vorteile

- Als „gemischtes Doppel“ vermitteln wir Ihnen eine **360°-Perspektive** auf den beruflichen Alltag: Durch Sebastian Rockstrohs Erklärungen der männlichen Sichtweise können Sie einen Perspektivenwechsel vornehmen, durch den Sie viele selbst erlebte Situationen reflektieren und neu interpretieren. Und Sie erkennen, an welchen Stellen es für Sie sinnvoll sein kann, von Ihren männlichen Kollegen zu lernen. Von Bärbel Rockstroh erhalten Sie wertvolle Anregungen, Stolpersteine künftig weiblich clever zu meistern.

- In unseren Seminaren profitieren Sie von der **hohen Betreuungsrate**.
  Die Vorab-Analyse Ihrer Situation und eine überschaubare Lerngruppe ermöglichen uns, sehr intensiv mit Ihnen zu arbeiten und auf Ihre individuellen Wünsche und Bedürfnisse einzugehen.

- Ein wertschätzendes Miteinander in der Gruppe gleichgesinnter Frauen, die **Wohlfühlatmosphäre** unserer ausgewählten Partnerhotels und die schmackhafte, regionale Verpflegung tragen dazu bei, dass Sie unsere Seminare mit allen Sinnen genießen können.

- Wir vermitteln eine gesunde Mischung aus theoretischem Hintergrund und praktischer Anwendung. Sie haben die Zeit zum Üben, die Sie brauchen, um das Erlernte sofort in Ihre **Berufspraxis** integrieren zu können.

- Ihr **Lernerfolg** liegt uns am Herzen. Deshalb setzen wir auf gehirngerechte Vermittlung, Abwechslung und Methodenvielfalt. Für eine nachhaltige Wirkung erhalten Sie eine Fotodokumentation der Ergebnisse und Handlungsempfehlungen für Ihre praktische Umsetzung.

- Nach dem Seminar haben Sie die Möglichkeit, im Rahmen von Einzelcoachings an Ihren **persönlichen Themen** weiterzuarbeiten. Außerdem unterstützen wir Sie bei Bedarf per Mail, Telefon oder Skype.

Organisatorisches

Ihre Investition

- Teilnahmegebühr: 1.085 €
  In diesem Betrag sind Seminargebühr, Schulungsmaterial und Verpflegung (Mittagessen, Getränke, Kuchen) enthalten.
- Seminarliteratur: Buch „Erfolg in Sicht“, 18,64 €
- Alle Preise verstehen sich zuzüglich gesetzlicher Mehrwertsteuer.
- Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der BetterThanPossible GbR, veröffentlicht unter www.betterthanpossible.de/impressum.html

Termine und Veranstaltungsorte Herbst 2023

- 12. – 14. September 2023 im Hotel OX in Heitersheim https://www.oxhotel.de/
- 10. – 12. Oktober 2023 im Hotel Altes Spital in Müllheim https://www.spitalhotel.de/

Das Seminar beginnt am ersten Tag um 10.00 Uhr.
Es endet am letzten Tag um 16.00 Uhr.

Bitte planen Sie Ihre An- und Abreise so, dass Sie während der gesamten Zeit dabei sind.

Teilnahmevoraussetzungen:

Sie sind Frauen-/Gleichstellungsbeauftragte, BFC, Gender-/Diversity-Beauftragte, Betriebs-/Personalrätin, Gewerkschafterin, sonstige Gleichstellungs-Akteurin oder deren Stellvertreterin oder Sie interessieren sich für eins dieser Ämter.

Ablauf

1. Bitte senden Sie uns das ausgefüllte Anmeldeformular zu (s. A.).
2. Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung.
3. Ihr Zimmer buchen Sie direkt im Hotel.

Das sind wir:

Bärbel Rockstroh

ist Krankenkassen-Betriebswirtin und Traumatherapeutin. Vor ihrer Selbstständigkeit arbeitete sie einige Jahre als Führungskraft. Seit 1990 ist sie als Trainerin, Beraterin, Coach, Therapeutin und Autorin tätig.

Sebastian Rockstroh

ist Medienwirt mit Sales Diploma der Technischen Hochschule Kapstadt und Traumatherapeut. Er arbeitete 20 Jahre lang als Führungskraft bei mehreren internationalen Konzernen, bis er sich 2011 als Trainer, Berater, Coach, Therapeut und Autor selbstständig machte.

Gemeinsam

leiten wir die Firma BetterThanPossible und die Naturheilpraxis Vitarium.
Seit vielen Jahren sind wir gemeinsam in Sachen Frauenförderung aktiv, zum Beispiel mit Coachings, Trainings und unserem Buch, dem Longseller „Erfolg in Sicht – Selbstcoaching Frau und Karriere.“

Anmeldung

BetterThanPossible GbR
Münsterhalden 10
79244 Münstertal

oder per Mail an buero@betterthanpossible.de

Ich melde mich verbindlich an zum Seminar
Erfolg in Sicht statt Frust im Amt , Start am _____

Name, Vorname:	
Anschrift privat:	
Email privat:	
Telefon privat:	
Telefon mobil:	
Anschrift dienstl.:	
Email dienstlich:	
Telefon dienstlich:	
Geburtsdatum:	
Ausbildung	
Beruf	

Rechnung an (falls abweichend von o. g. Anschrift)	
Name/Firma	
Anschrift:	

Ich/Wir habe/n die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der BetterThanPossible GbR unter https://www.betterthanpossible.de/impressum.html zur Kenntnis genommen und erkenne/n sie an.

_____ _____
Ort, Datum Unterschrift

Bei Zahlung der Rechnung durch den Arbeitgeber zusätzlich:

_____ _____
Ort, Datum Firmenstempel und rechtsverbindliche Unterschrift