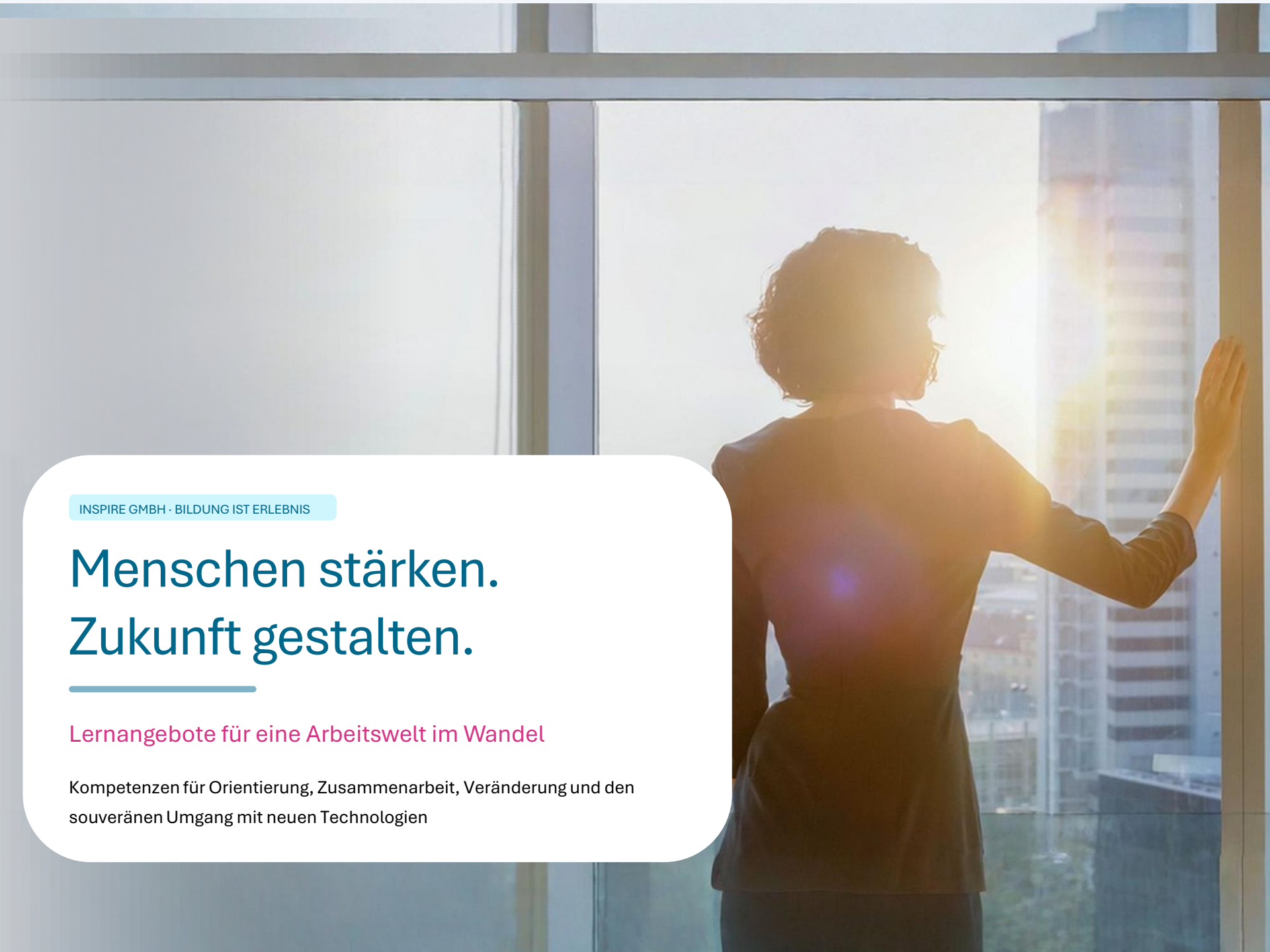




INSPIRE GMBH · BILDUNG IST ERLEBNIS

Menschen stärken. Zukunft gestalten.

Lernangebote für eine Arbeitswelt im Wandel

Kompetenzen für Orientierung, Zusammenarbeit, Veränderung und den souveränen Umgang mit neuen Technologien

DER MENSCH IM MITTELPUNKT

Die Arbeitswelt ist im Wandel. Wir entwickeln die Kompetenzen dazu.

Künstliche Intelligenz verändert nicht nur einzelne Werkzeuge. Sie bewegt Aufgaben, Prozesse, Rollen und Entscheidungswege. Sie beeinflusst, wie wir kommunizieren, lernen, zusammenarbeiten und führen. Damit aus technologischem Fortschritt nachhaltiger Erfolg entsteht, brauchen Mitarbeiter:innen mehr als Anwendungskompetenz. Sie brauchen Orientierung, Sicherheit, Neugier, Lernfähigkeit und Raum zum Ausprobieren.

Dieser Katalog gibt einen kompakten Überblick über unsere Seminare, Impulse und Lernformate zu Kompetenzen für eine Arbeitswelt im Wandel – von KI und digitaler Zusammenarbeit bis zu Future Skills, Kommunikation, Resilienz und Leadership.

Technologie eröffnet Möglichkeiten.
Menschen machen daraus Wirkung.





UNSER ANSATZ

Lernen, das im Arbeitsalltag ankommt

Unsere Programme verbinden fachliche Orientierung, praktische Anwendung und persönliche Entwicklung. Inhalte, Formate und Lernwege werden so gestaltet, dass sie zu Zielgruppe, Organisation und konkreter Arbeitsrealität passen.



Verstehen

Entwicklungen einordnen und Zusammenhänge erkennen



Ausprobieren

Methoden, Tools und Verhaltensweisen praktisch erleben



Reflektieren

Chancen, Grenzen und Wirkung bewusst beurteilen



Übertragen

Erkenntnisse in Aufgaben, Rollen und Prozesse integrieren

So entsteht Weiterbildung mit Relevanz, Praxisbezug und nachhaltigem Transfer.

SO ARBEITEN WIR

Maßgeschneidert für Ihr Unternehmen

Bedarfsanalyse und -bewertung

Den Ausgangspunkt bildet eine fundierte Bedarfsanalyse: In strukturierten Gesprächen und Assessments gewinnen wir ein tiefes Verständnis für Ihre Organisation, Ihre strategischen Ziele und den Entwicklungsbedarf Ihrer Führungskräfte.

Programmgestaltung

Die Auswahl und Abfolge der Module orientiert sich konsequent an Ihren Anforderungen. Statt Standardlösungen entsteht ein maßgeschneidertes Entwicklungsprogramm mit klarem Fokus und nachhaltiger Wirkung.

Lead-Trainer*innen/Team

Für jedes Programm begleitet ein/e engagierte/r Lead-Trainer*in den gesamten Prozess, koordiniert alle weiteren Trainer*innen, unterstützt die Personalabteilung, moderiert das Coaching und sorgt für eine nachhaltige Umsetzung im Tagesgeschäft.

Lerntransfer und Evaluation

Wir verfolgen den Fortschritt, sammeln Feedback und messen die Wirkung während des gesamten Prozesses – so stellen wir sicher, dass das Programm dauerhafte Ergebnisse liefert und nicht nur auf die Schulungstage beschränkt bleibt.

Formate für jeden Bedarf

Formate, Dauer und Inhalte werden flexibel an Zielgruppe und Entwicklungsziel angepasst.



Impuls & Keynote

Orientierung und neue Perspektiven



Mini-Learning

Fokussiert, kurz und konkret



Live-Webinar

Interaktiv und ortsunabhängig



Workshop

Praxisnah an realen Situationen



Learning Journey

Module mit nachhaltiger Vertiefung



Blended Learning

Live-Training und Selbstlernen kombiniert



Digitales Lernmodul

Flexibel abrufbar, mit Reporting



Use-Case-Lab

Eigene Anwendungsfälle entwickeln



Peer Learning & Transfer

Voneinander lernen, Umsetzung sichern

Präsenz | Live Online | Hybrid | Digital | Modular kombinierbar

Alle Seminare nach Themenfeldern

Kompetenzen für eine Arbeitswelt im Wandel – modular kombinierbar und maßgeschneidert auf Ihre Organisation.

01 KI als Werkzeug. Menschen als Gestalter.

- 01 Produktivität mit GenKI neu gedacht
- 02 Künstliche Intelligenz im Berufsalltag nutzen
- 03 KI und rechtliche Rahmenbedingungen
- 04 Mit Copilot und Gemini arbeiten
- 05 Kreativität auf Knopfdruck?
- 06 Täuschend echt
- 07 Denkt die Maschine oder tut sie nur so?
- 08 KI im globalen Wettbewerb
- 09 Der KI-Führerschein

04 Kreativität, Innovation & Problemlösung

- 26 Design Thinking
- 27 Innovation Skills
- 28 Innovation Jam
- 29 Seriously Playful Working
- 30 Lösungskompetenz
- 31 Soft Skills für Tech-Expert:innen
- 32 Eigene Potenziale entfalten
- 33 Kreative Leistungsfähigkeit des Gehirns
- 34 Mentoring
- 35 Mut zur eigenen Stärke

Präsenz | Live Online | Hybrid | Digital |
Modular kombinierbar

Alle Inhalte angepasst auf Ihr Unternehmen.

02 Die neue Art des Arbeitens

- 10 Hybride Meetings, die alle mitnehmen
- 11 Virtuelle Meetings mit Fokus und Verbindlichkeit
- 12 Effektive Meetings
- 13 MS Teams als interaktiver Arbeitsraum
- 14 Virtueller präsentieren und Menschen erreichen
- 15 Selbstorganisation im hybriden Arbeitsalltag
- 16 Digital lernen, Wissen verankern
- 17 Digitale Ordnung statt Suchschleifen

05 Kommunikation & Kollaboration

- 36 Sprechen & Zuhören
- 37 Gewaltfreie Kommunikation
- 38 Schwierige Gespräche führen
- 39 Konflikte kooperativ nutzen
- 40 Besser kommunizieren mit Insights®
- 41 Negotiating with Impact

07 Leadership in der neuen Arbeitswelt

- 50 Sinnstiftende Führung
- 51 Positive Leadership
- 52 Zukunftsorientierte Führung
- 53 Führen auf Distanz
- 54 Generationengerecht führen
- 55 Gesund führen
- 56 Psychological Safety

03 Future Skills & Veränderungskompetenz

- 18 Change verstehen und aktiv gestalten
- 19 Sicher im Change
- 20 Agiles Mindset entwickeln
- 21 Wir sind gut auf dem Weg
- 22 Collaboration Blueprint
- 23 Better Relations, Better Results
- 24 Peer Learning
- 25 Erfolgreiche Teamarbeit auf Distanz

06 Achtsamkeit & Resilienz

- 42 Den Fokus wiederfinden
- 43 Selbstführung
- 44 Work-Life-Blending
- 45 Burnout-Prävention
- 46 Wohlbefinden und mentale Gesundheit
- 47 Mentale Gesundheit im Team fördern
- 48 Selfcare im Arbeitsalltag
- 49 Meet & Connect Lunches



KI als Werkzeug. Menschen als Gestalter.

Generative KI produktiv, sicher und verantwortungsvoll in den Arbeitsalltag integrieren

KI-Kompetenz bedeutet mehr als ein Tool bedienen zu können. Mitarbeiter:innen lernen, Möglichkeiten und Grenzen generativer KI einzuordnen, geeignete Anwendungen auszuwählen und Ergebnisse kritisch zu prüfen. Dabei werden Produktivität und Innovation ebenso berücksichtigt wie Datenschutz, Ethik, Urheberrecht, Compliance und menschliche Verantwortung.

Trainingsangebote

KI-Grundlagen und Produktivität

Einstieg, Funktionsweise, Prompting und produktive Workflows

Compliance und Kommunikation

Datenschutz, Informationssicherheit, Urheberrecht, interne Guidelines

KI Spotlights & Qualifizierung

Generative Medien & digitale Täuschung

Kreative KI-Medien, Deepfakes, Verifikation und Betrugsprävention

Mensch, Maschine & globaler Kontext

Anthropomorphisierung, KI-Wettbewerb, kritische Einordnung

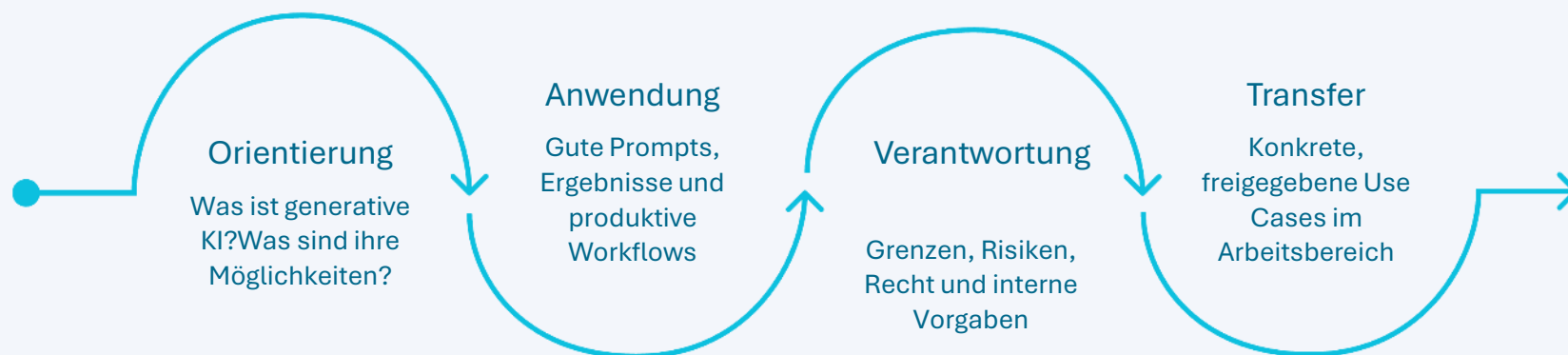
Der KI-Führerschein

Modulares Qualifizierungsprogramm mit Employee Enablement Game für nachhaltigen Kompetenzaufbau



01 · KI als Werkzeug, Menschen. als Gestalter

Von der ersten Orientierung zur sicheren Anwendung



Die Angebote können einzeln gebucht oder zu einer modularen Lernreise kombiniert werden.

- 📄 Die Arbeit mit KI erfolgt unter Berücksichtigung freigegebener Systeme, interner Guidelines, Informationssicherheit, Datenschutz und verantwortungsvoller menschlicher Kontrolle.



Generative KI produktiv und praxisnah einsetzen

Angebot 1

Produktivität mit GenKI neu gedacht

GenKI-gestützte Workflows für smarteres Arbeiten

Die Teilnehmer:innen lernen, generative KI gezielt für typische Aufgaben im Arbeitsalltag einzusetzen. Sie entwickeln wirkungsvolle Prompts, testen unterschiedliche Tools und übertragen passende Anwendungen auf ihre eigene Tätigkeit.

Schwerpunkte:

- Generative KI und ihre Einsatzmöglichkeiten
- Wirkungsvolles Prompt-Design
- Recherche, Textarbeit und Ideenentwicklung
- Unterstützung bei Routineaufgaben
- Eigene Use Cases entwickeln und testen
- Datenschutz, Urheberrecht und Ethik
- Ergebnisse kritisch prüfen

Nutzen: Mehr Freiraum für strategische, kreative und wertschöpfende Aufgaben

Format: Ein Trainingstag, aufteilbar auf zwei Halbtage | Präsenz oder Live Online | Mit Praxistransfer zwischen den Modulen

Angebot 2

Künstliche Intelligenz im Berufsalltag nutzen

Praxisorientierter Einstieg ohne Vorkenntnisse

Das Training vermittelt einen verständlichen Überblick über künstliche Intelligenz und aktuelle Anwendungen. Die Teilnehmer:innen probieren verschiedene Möglichkeiten direkt aus und entwickeln ein realistisches Gefühl für Stärken, Grenzen und sinnvolle Einsatzbereiche.

Schwerpunkte:

- Grundlagen künstlicher Intelligenz
- Aktueller Stand und Einsatzmöglichkeiten
- ChatGPT und weitere Anwendungen
- Learning by Doing
- Erste praktische Anwendungsfälle
- Chancen und Grenzen
- Verantwortung, Bias und gesellschaftliche Auswirkungen
- Erfahrungsaustausch und offene Fragen

Format: Ganztagesworkshop | Präsenz oder Live Online adaptierbar

Rechtliche Grundlagen und Modellkompetenz

Angebot 3

Künstliche Intelligenz und rechtliche Rahmenbedingungen

KI sicher, transparent und verantwortungsvoll einsetzen

Das digitale Training vermittelt Grundwissen über den rechtlichen und ethischen Umgang mit KI – für eine regelkonforme, verantwortungsvolle Nutzung im Unternehmensalltag.

Schwerpunkte:

- Grundlagen künstlicher Intelligenz
- Europäische rechtliche Rahmenbedingungen
- Ethische und gesellschaftliche Fragestellungen
- Technische Grundlagen
- Risikomanagement
- Best Practices
- Abschlusstest und Reporting

Format: Digitales Lernmodul | Ca. 1,5 Std. | Optional als SCORM | Mit Quizfragen und Lernerfolgsnachweis

Angebot 4

Mit Copilot und Gemini arbeiten

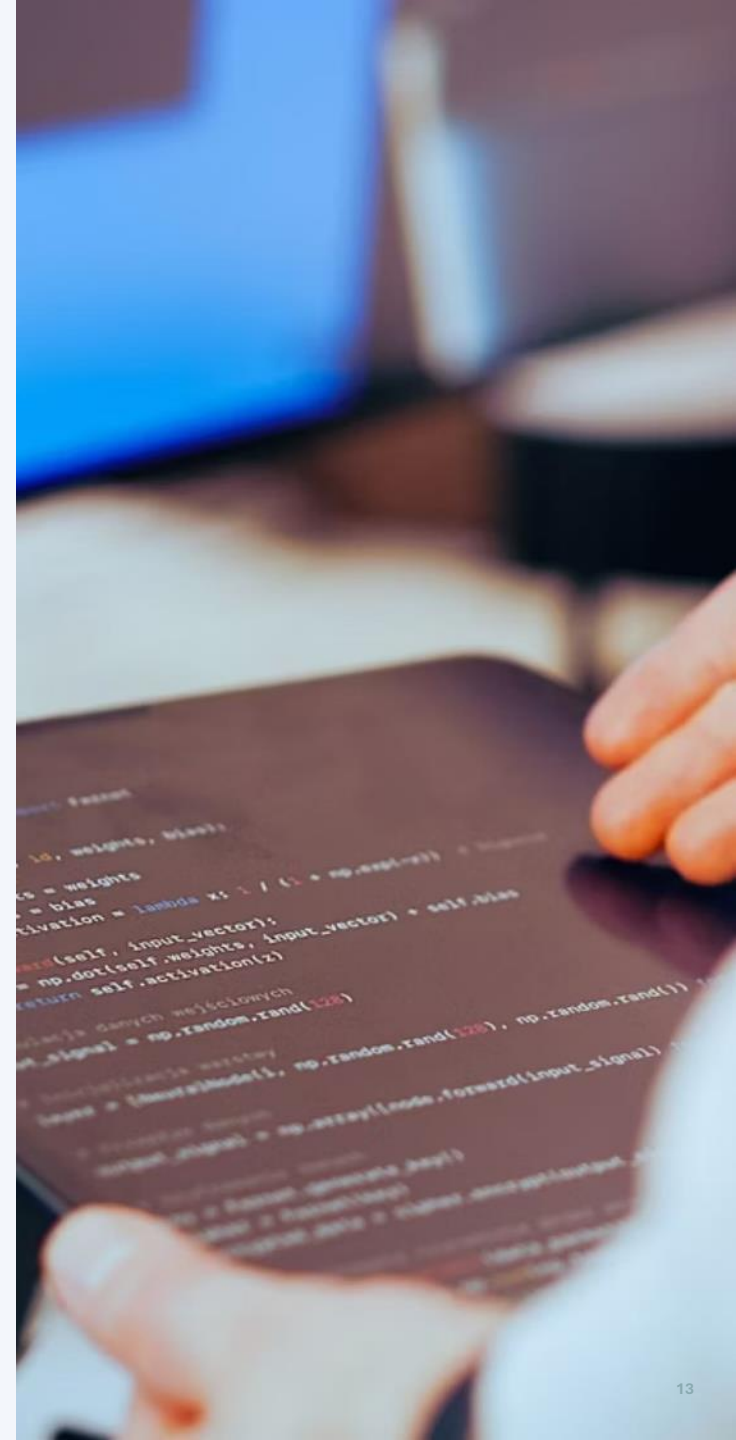
Unterschiedliche KI-Modelle verstehen und gezielt einsetzen

Die Teilnehmer:innen lernen Microsoft Copilot und Google Gemini für typische Arbeitsaufgaben kennen – mit Fokus auf bewussten Modelleinsatz und kritische Ergebniskontrolle.

Schwerpunkte:

- Copilot und Gemini im Vergleich
- Das passende Modell für eine Aufgabe auswählen
- Recherche, Strukturierung und Zusammenfassungen
- Texte, Präsentationen und Ideen vorbereiten
- Prompts an Modell und Anwendung anpassen
- Halluzinationen und Fehlerquellen erkennen
- Datenschutz, Vertraulichkeit und interne Vorgaben

Format: Ganztagesworkshop | Auch als kompakter Modellvergleich adaptierbar





Generative Medien verstehen, Chancen nutzen und Täuschungen sicher begegnen

Angebot 5

Kreativität auf Knopfdruck?

Was KI-Bilder, Videos und Musik heute können und wo ihre Grenzen liegen

Generative KI verändert die Produktion von Bildern, Videos, Stimmen und Musik. Das Online Nugget vermittelt verständlich, wie kreative KI-Systeme grundsätzlich arbeiten, welche Möglichkeiten sie eröffnen und an welchen technischen, rechtlichen und ethischen Grenzen sie stoßen.

- Grundlagen generativer Medien-KI
- Urheberrecht und Nutzungsrechte
- Markenkonsistenz und Freigabeprozesse
- Kritische Prüfung KI-generierter Inhalte
- Verantwortungsvoller Einsatz in Kommunikation und Content

Angebot 6

Täuschend echt

Deepfakes zwischen kreativer Anwendung, Manipulation und Millionenbetrug

Deepfakes können Gesichter, Stimmen und ganze Gesprächssituationen überzeugend imitieren. Das Online Nugget erklärt, wie synthetische Medien entstehen, wo sie legitim eingesetzt werden und wie sie für Identitätsbetrug, Voice Cloning und Social Engineering missbraucht werden können. Der Schwerpunkt liegt auf kritischer Prüfung, Verifikation und verlässlichen Schutzprozessen.

- Voice Cloning und gefälschte Videokommunikation
- CEO-Fraud und Identitätsbetrug
- Sichere Rückruf- und Verifikationsroutinen
- Organisatorische Schutzmaßnahmen
- Eskalationswege bei Verdachtsfällen



Je überzeugender synthetische Medien werden, desto wichtiger werden kritische Prüfung und sichere Verifikation.

Technologische Wirkung und kritische Einordnung

☐ KI-Kompetenz bedeutet auch, Wirkung, Interessen und globale Zusammenhänge kritisch einzuordnen.

0Angebot 7

Denkt die Maschine oder tut sie nur so?

Warum KI so menschlich wirkt und was das für uns bedeutet

Sprachmodelle formulieren einfühlsam, humorvoll und scheinbar persönlich. Das Online Nugget erklärt, warum KI-Systeme menschlich wirken, ohne damit menschliches Bewusstsein oder echte Empathie zu belegen. Es beleuchtet Chancen für digitale Assistenz und Service ebenso wie Risiken durch übermäßiges Vertrauen, Anthropomorphisierung und Social Engineering.

- Warum KI-Antworten menschlich wirken
- Anthropomorphisierung von Technologie
- Chancen für digitale Assistenz und Kundenservice
- Übermäßiges Vertrauen und Manipulation
- Menschliche Verantwortung bei Entscheidungen

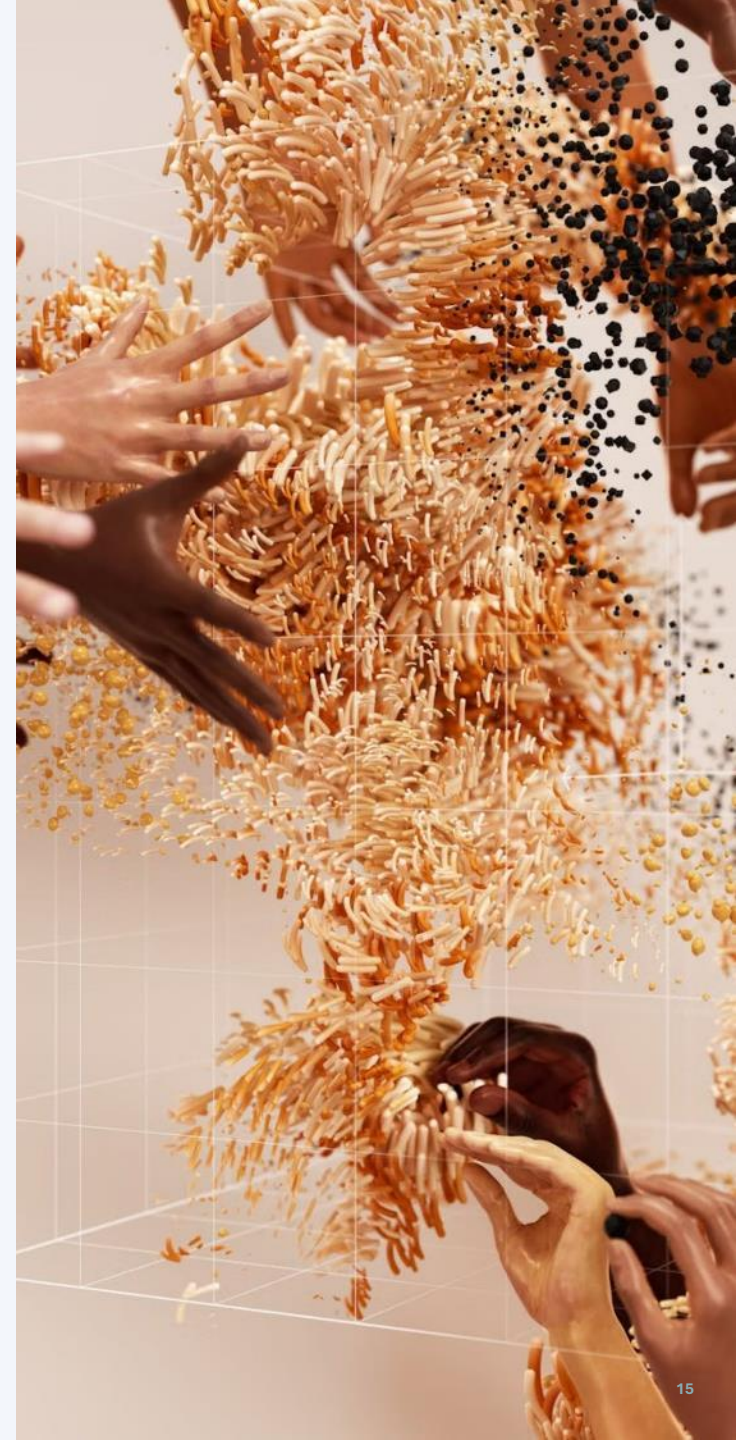
Angebot 8

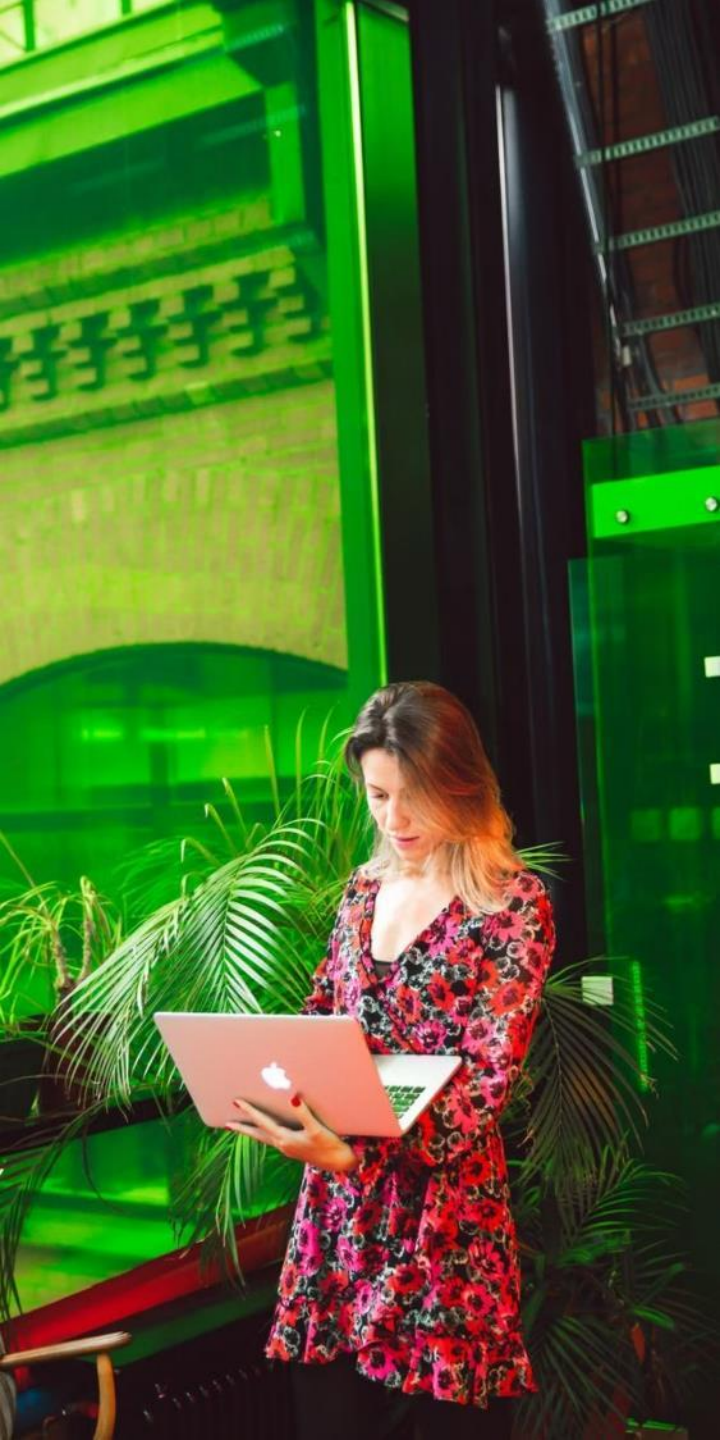
KI im globalen Wettbewerb

USA, China und Europa zwischen Innovation, Regulierung und wirtschaftlicher Zukunft

Das Online Nugget vermittelt einen verständlichen Überblick über die internationale KI-Landschaft. Es zeigt, welche unterschiedlichen Strategien die USA, China und Europa verfolgen und welche Rolle Technologieunternehmen, Forschung, Chips, Rechenleistung, Open Source, Robotik und Regulierung spielen. Im Mittelpunkt steht die Frage, was unterschiedliche Ansätze für Unternehmen und Beschäftigte bedeuten.

- Unterschiedliche KI-Strategien im Vergleich
- Chips, Recheninfrastruktur und Open Source
- Regulierung und verantwortungsvolle Innovation
- Technologische Abhängigkeiten
- Bedeutung globaler Entwicklungen für Unternehmen





Der KI-Führerschein

KI-Kompetenz sicher aufbauen und nachhaltig im Arbeitsalltag verankern

Der KI-Führerschein vermittelt Mitarbeiter:innen eine gemeinsame Grundlage für den sicheren, verantwortungsvollen und produktiven Einsatz künstlicher Intelligenz. Das Programm verbindet verständliche Orientierung, praktische Anwendung und klare Leitplanken. Ergänzt wird es durch das Employee Enablement Game mit kurzen täglichen Lerneinheiten. Ziel ist nicht ein einmaliger Schulungsimpuls, sondern der schrittweise Aufbau sicherer Routinen.



Orientieren

Grundlagen und Möglichkeiten verstehen — zentrale Begriffe, Funktionsweise, typische Einsatzmöglichkeiten, Grenzen von KI-Systemen, Halluzinationen, Chancen für verschiedene Arbeitsbereiche, Verantwortung des Menschen



Sicher anwenden

Klare Leitplanken kennen — Datenschutz, Informationssicherheit, Vertraulichkeit, Urheberrecht, Ethik, EU AI Act, interne Guidelines, freigegebene Anwendungen, kritische Prüfung von Ergebnissen, menschliche Kontrolle



Praktisch erproben

KI im eigenen Arbeitskontext nutzen — Grundlagen des Promptings, Recherche und Zusammenfassungen, Text- und Ideenarbeit, Unterstützung bei Routineaufgaben, relevante Use Cases, Transfer in die Arbeitsrealität



Nachhaltig verankern · Employee Enablement Game

Tägliche Lerneinheiten von ca. 5–15 Minuten, kleine Aufgaben und Challenges, praxisnahe Anwendung, regelmäßige Wiederholung, Wissenstests und Feedback, gemeinsames Lernen, Aufbau nachhaltiger KI-Routinen — Lernen über einen längeren Zeitraum statt einmaliger Workshop-Effekt

Digitales Basismodul | Live-Webinar | Praxisworkshop | Learning Nuggets | Use-Case-Lab | Employee Enablement Game | Transfer und Reflexion



Das Programm wird an die bei UniCredit Bank Austria freigegebenen Systeme, internen Richtlinien, Rollen und Anwendungsbereiche angepasst. Geeignet für Mitarbeiter:innen unterschiedlicher Unternehmensbereiche, Fachexpert:innen, Führungskräfte und Multiplikator:innen.

"Aus Wissen wird Kompetenz. Aus regelmäßiger Anwendung wird Routine."

Zielsetzung· Themenfeld 1

KI-Kompetenz entsteht durch Anwendung und Reflexion

Unsere Trainings schaffen einen geschützten Rahmen, in dem Mitarbeiter:innen neue Möglichkeiten kennenlernen, praktisch erproben und kritisch einordnen können. So entsteht Schritt für Schritt Sicherheit im Umgang mit KI:

Technologie kann Prozesse beschleunigen. Menschen machen daraus verantwortungsvollen Fortschritt.

Als Nächstes: **02 Die neue Art des Arbeitens**





THEMENFELD 2

Die neue Art des Arbeitens

Klar zusammenarbeiten, konzentriert handeln und menschlich verbunden bleiben

Digitale und hybride Arbeitsmodelle schaffen Flexibilität und neue Möglichkeiten der Zusammenarbeit. Gleichzeitig brauchen sie klare Strukturen, bewusste Kommunikation und verlässliche Spielregeln.

Die Trainings stärken Mitarbeiter:innen darin, digitale Arbeitsräume aktiv zu gestalten, Fokus zu bewahren und auch über Distanz wirksam zusammenzuarbeiten.

Digitale Zusammenarbeit gestalten

Reibungslose Kooperation über Standorte und Funktionen hinweg.

Meetings fokussiert führen

Strukturierte, ergebnisorientierte Besprechungen – virtuell oder hybrid.

Arbeitsprozesse gut organisieren

Selbstmanagement und klare Abläufe für flexible Arbeitsmodelle.

Wissen selbstgesteuert erweitern

Proaktives Lernen und Wissenstransfer im digitalen **Raum**.

02 · Hybride und virtuelle Meetings

Zusammenarbeit mit Ziel und Fokus

ANGEBOT 10

Hybride Meetings, die alle mitnehmen

Vor Ort und remote gemeinsam wirksam arbeiten

Hybride Meetings stellen besondere Anforderungen an Technik, Moderation und Beteiligung. Die Teilnehmer:innen lernen, alle Anwesenden aktiv einzubeziehen und auch über räumliche Distanz Verbindlichkeit herzustellen.

Schwerpunkte:

- Hybride Meetings professionell vorbereiten
- Remote-Teilnehmer:innen aktiv einbinden
- Rollen für Moderation, Technik und Remote-Begleitung
- Beteiligung und Interaktion fördern
- Follow-up, Protokolle und Feedback

Format: Präsenz, Live Online oder bevorzugt hybrid | Als kompakte Einheit oder vertiefender Workshop adaptierbar

ANGEBOT 11

Virtuelle Meetings mit Fokus und Verbindlichkeit

Online-Meetings professionell vorbereiten, moderieren und abschließen

Das Training zeigt, wie virtuelle Meetings zielgerichtet, dynamisch und interaktiv gestaltet werden. Im Mittelpunkt stehen die Aktivierung der Teilnehmer:innen und klare Ergebnisse.

Schwerpunkte:

- Meeting-Ziele und Agenda
- Virtuelle Moderationsregeln
- Interaktion und Aktivierung
- Screen-Sharing und digitale Moderationswerkzeuge
- Follow-up und Evaluation

Format: Live-Online-Training | Vier Einheiten zu je zwei Stunden oder zwei Halbtage



Mehr als Zusammensitzen: Meetings als Erlebnis gestalten

ANGEBOT 12

Effektive Meetings

*Klar vorbereiten, überzeugend präsentieren,
verbindlich entscheiden*

Meetings sollen Orientierung schaffen und Entscheidungen ermöglichen. Die Teilnehmer:innen lernen, Besprechungen zielorientiert aufzusetzen und Ergebnisse konsequent in die Umsetzung zu bringen.

Schwerpunkte:

- Ziele, Prioritäten und Agenda
- Ergebnisorientierte Vorbereitung
- Moderation und Beteiligung
- Zeit- und Konfliktmanagement
- Protokolle und Follow-up

Format: Praxisorientierter Workshop |
Dauer und Tiefe modular anpassbar

ANGEBOT 13

MS Teams als interaktiver Arbeitsraum

*Meetings und Workshops digital lebendig
gestalten*

Die Teilnehmer:innen lernen, integrierte Interaktionswerkzeuge in MS Teams gezielt einzusetzen. Meetings, Workshops und Lernformate werden professionell und lebendig moderiert.

Schwerpunkte:

- Meetings professionell leiten
- Umfragen und Whiteboards nutzen
- Breakout-Sessions einrichten und moderieren
- Quizze und interaktive Aufgaben
- Praktische Moderationssequenzen mit Feedback

Format: Live-Online-Training in MS Teams |
Drei Einheiten zu je drei Stunden





Trainingsangebote für Virtuelle Präsenz & Selbstorganisation

ANGEBOT 14

Virtuell präsentieren und Menschen erreichen

*Interesse wecken, Ideen vermitteln und
mit dem Publikum arbeiten*

Virtuelle Präsentationen brauchen eine
andere Form von Präsenz – und eine
glaubwürdige Verbindung zum Publikum
auch über die Kamera.

Schwerpunkte:

- Struktur und Gestaltung virtueller Präsentationen
- Souveräner Kameraeinsatz
- Stimme, Mikrofon und Sprechweise
- Interaktion und Q&A
- Umgang mit Nervosität

Format: Live-Online-Training | Drei
Einheiten zu je drei Stunden

ANGEBOT 15

Selbstorganisation im hybriden Arbeitsalltag

*Zwischen Büro, mobilem Arbeiten und
neuen Anforderungen den Überblick
behalten*

Flexible Arbeitsmodelle verlangen gute
persönliche Strukturen und eine
Arbeitsstrategie, die zum eigenen Umfeld
passt.

Schwerpunkte:

- Tages- und Wochenstruktur
- Zeit- und Aufgabenmanagement
- Ablenkungen und Unterbrechungen
- Persönliche Routinen
- Reflexion der eigenen Arbeitsweise

Format: Tagesseminar, Halbtage oder
Impuls | Präsenz oder Live Online

Selbstorganisiert lernen: Neue Wege, neue Möglichkeiten

ANGEBOT 16

Digital lernen, Wissen verankern

E-Learning selbstgesteuert und wirksam nutzen

Digitale Lernangebote entfalten ihre Wirkung erst, wenn Mitarbeiter:innen ihren Lernprozess aktiv gestalten. Das Training stärkt Selbstmotivation, Lernstrategien und den Transfer in die berufliche Praxis.

Schwerpunkte:

- Selbstgesteuertes Lernen
- Lernziele und Lernplanung
- Strategien zur Selbstmotivation
- Synchrone und asynchrone Angebote
- Praktische Anwendung des Gelernten

Format: Live-Online-Training | Zwei Einheiten zu je drei Stunden

ANGEBOT 17

Digitale Ordnung statt Suchschleifen

*Informationen schneller finden und
verlässliche Strukturen schaffen*

Gute Informationsstrukturen reduzieren Reibungsverluste und schaffen mehr Raum für die eigentliche Arbeit. Die Teilnehmer:innen entwickeln praktikable Standards für digitale und analoge Informationen.

Schwerpunkte:

- Digitale und analoge Ablagestrukturen
- Nachvollziehbare Ordner- und Benennungslogik
- Schneller Zugriff auf Dokumente und Dateien
- Prioritäten und Ballast
- Nachhaltige persönliche Ordnung

Format: Kompakter Online-Workshop oder vertiefendes Präsenzformat



Digital arbeiten. Menschlich verbunden bleiben.

Neue Arbeitsmodelle schaffen Flexibilität, Geschwindigkeit und neue Möglichkeiten der Zusammenarbeit. Ihre Wirkung entfalten sie dort, wo Menschen Orientierung haben, Verantwortung übernehmen und sich aktiv einbringen können.

Klarheit

Präsenz

Fokus

Verbindlichkeit

Lernbereitschaft

Vertrauen



Unsere Trainings verbinden digitale Kompetenz mit den menschlichen Fähigkeiten, die erfolgreiche Zusammenarbeit erst möglich machen





Future Skills und Veränderungskompetenz

*Orientierung gewinnen, Neues lernen und Veränderung
wirksam mitgestalten*

Veränderung ist längst kein zeitlich begrenztes Projekt mehr. Neue Technologien, Prozesse und Erwartungen entwickeln sich parallel und beeinflussen den Arbeitsalltag auf vielen Ebenen.

Die Trainings stärken Mitarbeiter:innen darin, Veränderungen besser einzuordnen, den eigenen Handlungsspielraum zu erkennen und neue Anforderungen aktiv mitzugestalten.

Veränderung verstehen

Zusammenhänge erkennen und Veränderungsdynamiken einordnen

Anpassungsfähig bleiben

Handlungsfähigkeit auch in unsicheren und dynamischen Situationen

Zusammenarbeit neu gestalten

Rollen, Schnittstellen und Kooperation verbindlich klären

Lernen verankern

Erfahrungen weitergeben und kontinuierliche Verbesserung leben

03 · Veränderung verstehen und sicher navigieren

Veränderung verstehen und sicher begleiten

ANGEBOT 18

Change verstehen und aktiv gestalten

Veränderungsprozesse souverän begleiten und Orientierung geben

Das Training stärkt Führungskräfte darin, Veränderungsdynamiken zu verstehen und auch in instabilen Situationen Orientierung zu geben.

Schwerpunkte:

- Werkzeuge des Change Managements
- Führung in Instabilität und Unsicherheit
- Professioneller Umgang mit Widerständen
- Ängste und Unsicherheiten ansprechen
- Kommunikation im Veränderungsprozess

Format: Vertiefender Workshop |
Zweitätiges Format | Inhalte und Dauer
modular adaptierbar

ANGEBOT 19

Sicher im Change

Praktische Orientierung für den konstruktiven Umgang mit Veränderungen

Das Training hilft Mitarbeiter:innen, Widerstände frühzeitig zu erkennen und den eigenen Handlungsspielraum aktiv zu nutzen.

Schwerpunkte:

- Veränderungen als natürlichen Bestandteil wahrnehmen
- Widerstände und Ängste erkennen
- Den eigenen Einflussbereich klären
- Fokus auf Möglichkeiten und Handlungsoptionen
- Praktische Moderations- und Reflexionswerkzeuge

Format: Präsenz oder Live Online | Ein bis
eineinhalb Tage | Keine Vorkenntnisse
erforderlich



Agil denken, beweglich handeln

ANGEBOT 20

Agiles Mindset entwickeln

In unsicheren Zeiten flexibel denken und handlungsfähig bleiben

Agilität beginnt nicht bei einer Methode, sondern bei der eigenen Haltung. Die Teilnehmer:innen reflektieren, welche Denkweisen ihr Verhalten beeinflussen und wie sie flexibler und lösungsorientierter handeln können.

Schwerpunkte:

- Was Agilität bedeutet
- Unbewusste Denk- und Verhaltensmuster
- Mentale Beweglichkeit stärken
- Team-Empowerment fördern
- Methoden für den Alltag

Format: Zweiteilige Webinarreihe | Je Einheit etwa 50 Minuten

ANGEBOT 21

Wir sind gut auf dem Weg

Veränderung im Gehen reflektieren und neue Perspektiven entwickeln

Dieses bewegte Lernformat verbindet Impulse im Seminarraum mit gemeinsamen Wegstrecken im Freien. Das Gehen schafft Abstand, neue Perspektiven und offenen Austausch.

Schwerpunkte:

- Belastende Situationen reflektieren
- Persönliche Ressourcen nutzen
- Blockaden lösen oder lockern
- Selbstverantwortung stärken
- Verbindung und Verbindlichkeit schaffen

Format: Präsenzformat | Dauer und Ablauf werden an Gruppe, Ort und Zielsetzung angepasst





03 · Klare Zusammenarbeit und starke Beziehungen

Klare Strukturen, starke Teams

ANGEBOT 22

Collaboration Blueprint

Klare Rollen, klare Regeln, starke Ergebnisse

Das Team entwickelt einen verbindlichen Arbeitsrahmen für Rollen, Verantwortlichkeiten und Entscheidungen.

Schwerpunkte:

- Teamauftrag, Ziele und Prioritäten klären
- Rollen und Verantwortlichkeiten definieren
- Entscheidungswege und Eskalationslogiken festlegen
- Gemeinsame Definition of Done
- Verbindliche Vereinbarungen für den Arbeitsalltag

Format: Dreistündiges Webinar, Halbtage oder Ganztage | Ideal für maximal zwölf Teilnehmer:innen

ANGEBOT 23

Better Relations, Better Results

Unterschiedliche Verhaltensstile verstehen und Zusammenarbeit verbessern

Das Everything DiSC® Profil schärft den Blick auf das eigene Verhalten und stärkt eine flexiblere, konstruktivere Zusammenarbeit.

Schwerpunkte:

- Eigenen DiSC®-Stil kennenlernen
- Andere Verhaltensstile verstehen
- Kommunikationsstrategien anpassen
- Missverständnisse reduzieren
- Lösungsorientierte Zusammenarbeit stärken

Format: Eintägiger Workshop | Ideal für kleinere Teams und Arbeitsgruppen

Zusammen voranschreiten

ANGEBOT 24

Peer Learning

Erfahrungswissen teilen und Lernen im Unternehmen verankern

Peer Learning macht vorhandenes Wissen sichtbar und nutzbar. Die Teilnehmer:innen lernen, Kolleg:innen in Lernprozessen zu begleiten und gemeinsam konkrete Entwicklungsziele zu verfolgen.

Schwerpunkte:

- Rollen von Tutor:innen, Mentor:innen, Coaches und Buddies
- Klare Lernziele formulieren
- Erfahrungsbasiertes Lernen
- Coaching-Techniken
- Konstruktives Feedback

Format: Drei Sessions zu je drei Stunden | Mit Übungen, Fallbeispielen und Reflexion

ANGEBOT 25

Erfolgreiche Teamarbeit auf Distanz

Technische und zwischenmenschliche Kompetenzen verbinden

Virtuelle Zusammenarbeit braucht sowohl digitale Sicherheit als auch bewusste Kommunikation. Die Teilnehmer:innen reflektieren, wie Information, Entscheidungen und Beziehungen auch über Distanz wirksam gestaltet werden.

Schwerpunkte:

- Grundlagen erfolgreicher virtueller Teams
- Sach- und Beziehungsebene in der digitalen Kommunikation
- Informations- und Entscheidungsmanagement
- Missverständnisse frühzeitig vermeiden
- Persönliche Organisation im Remote-Arbeitsumfeld

Format: Live-Online-Training | Zwei Einheiten zu je vier Stunden



Veränderung verstehen. Zukunft aktiv mitgestalten.

Wie gut Veränderung gelingt, hängt davon ab, ob Menschen Orientierung finden und Verantwortung übernehmen können.

Lernfähigkeit

Anpassungsfähigkeit

Selbstwirksamkeit

Kooperationskompetenz

Prozessverständnis

Mut und Zuversicht

i Zukunftskompetenz bedeutet, auch in Bewegung handlungsfähig zu bleiben.

FUTURE



Kreativität, Innovation und Problemlösung

Neue Perspektiven entwickeln, Ideen erproben und Lösungen wirksam umsetzen

Technologie kann Möglichkeiten vervielfachen. Ob daraus eine relevante und verantwortungsvolle Lösung entsteht, bleibt eine menschliche Aufgabe.

Die Trainings verbinden kreatives Denken mit klaren Prozessen, praktischer Erprobung und konsequentem Transfer in den Arbeitsalltag.

Bedürfnisse und Herausforderungen verstehen

Ausgangssituationen klar erfassen und Nutzer:innenperspektiven einbeziehen

Neue Perspektiven und Ideen entwickeln

Annahmen hinterfragen, Denkblockaden lösen und Ideen generieren

Lösungen testen und bewerten

Prototypen erstellen, Feedback einholen und Entscheidungen vorbereiten

Umsetzung gemeinsam vorantreiben

Erkenntnisse nutzen und Ideen in tragfähige Lösungen übersetzen

04 · Human-Centered Innovation

Kreativ denken. Lösungen gestalten. Menschen begeistern.

ANGEBOT 26

Design Thinking

Innovative Lösungen mit Wirkung entwickeln

Teilnehmer:innen lernen Human-Centered Design und arbeiten konsequent aus Nutzerperspektive. Ideen entstehen in schnellen Zyklen – überprüft mit Prototypen und Feedback.

Schwerpunkte:

- Nutzer:innenbedürfnisse verstehen
- Design-Thinking-Prozess
- Kreative Ideenentwicklung
- Prototyping
- Testen und Feedback

Format: Zweitägiger, praxisorientierter Workshop

ANGEBOT 27

Innovation Skills

Methoden, Mindset und Moderation für Innovationsprozesse

Das Training vermittelt aktuelle Innovationsansätze. Teilnehmer:innen lernen, Ideen zu entwickeln, zu bewerten und kreative Prozesse zu moderieren.

Schwerpunkte:

- Design Thinking
- Creative Problem Solving
- Kreativität im Alltag
- Ideen entwickeln und testen
- Innovationskultur reflektieren

Format: Modulares Live-Online-Training
| Vier oder acht Einheiten zu je zwei Stunden

Spielerisch denken. Ernsthaft innovieren.

ANGEBOT 28

Innovation Jam

Ideen entwickeln, prototypisieren und gemeinsam auf die Bühne bringen

Die Innovation Jam schafft ein dynamisches Übungsfeld für Kreativität, Kooperation und Umsetzung. Teams entwickeln in einer kompakten Challenge neue Ideen und konkretisieren diese bis zur Konzept- oder Prototypenstufe.

Schwerpunkte:

- Ideation und Kreativitätstechniken
- Ideen definieren und auswählen
- Prototyping
- Nutzer:innenfeedback
- Spielerischer Wettbewerb und gemeinsames Lernen

Format: Eintägiger Workshop | Für etwa 20 Teilnehmer:innen adaptierbar

ANGEBOT 29

Seriously Playful Working

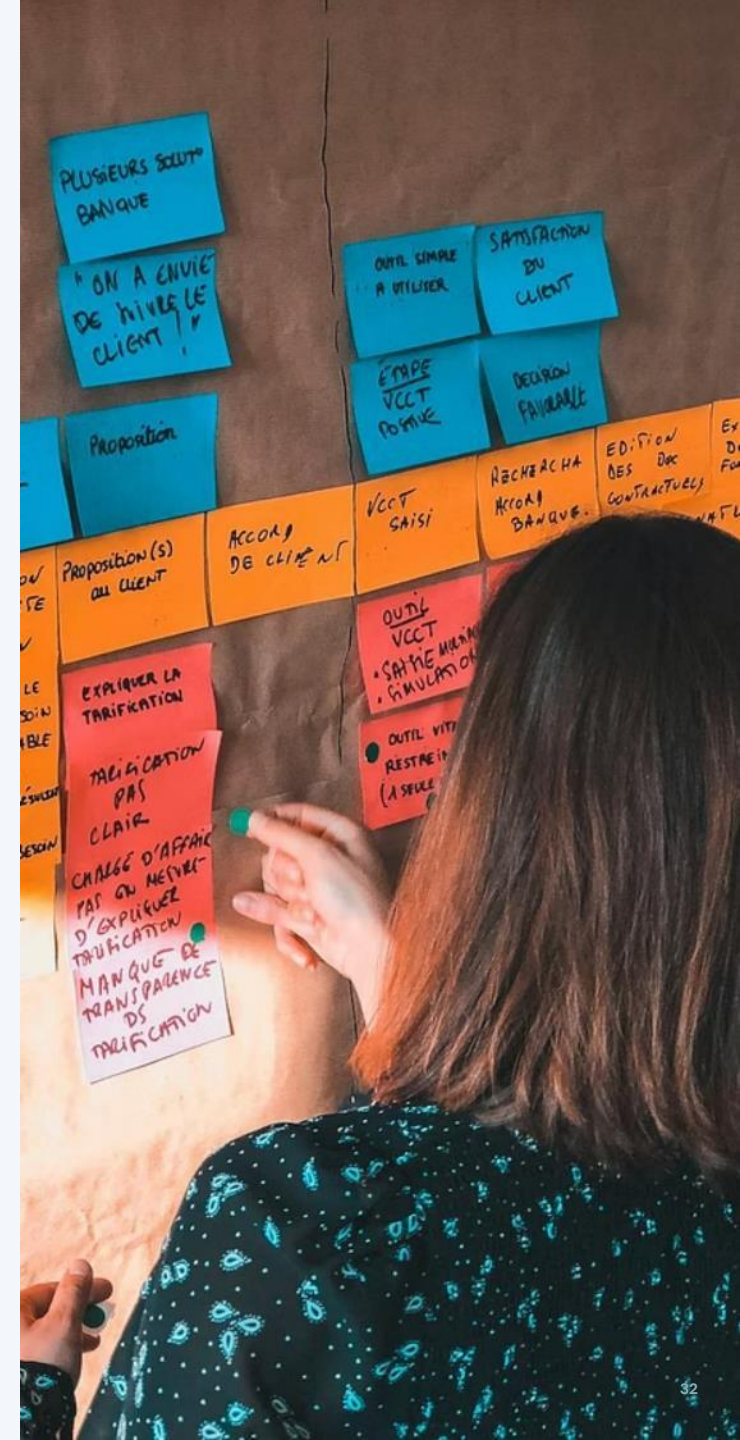
Spielerische Elemente für mehr Neugier, Beteiligung und Experimentierfreude

Die Teilnehmer:innen erleben, wie spielerische Elemente Motivation, Kreativität und Teamdynamik unterstützen können. Energizer, Serious Games und kreative Reflexionsmethoden machen Lernen lebendig.

Schwerpunkte:

- Playfulness als Haltung
- Spielerisches Experimentieren
- Energizer und interaktive Formate
- Serious Games als Lernmethode
- Transfer in den eigenen Arbeitskontext

Format: Interaktives Webinar oder Workshop





04 · Lösungen strukturiert entwickeln

Vom Problem zur Lösung. Strukturiert und wirksam.

ANGEBOT 30

Lösungskompetenz

Probleme analysieren, Möglichkeiten erkennen und Entscheidungen treffen

Die Teilnehmer:innen entwickeln einen strukturierten und zugleich kreativen Umgang mit neuen Herausforderungen. Sie lernen, Probleme klar zu definieren, Ursachen zu analysieren und tragfähige Entscheidungen vorzubereiten.

Schwerpunkte:

- Herausforderungen klar definieren
- Root-Cause-Analyse
- Divergentes und konvergentes Denken
- Lösungsalternativen bewerten
- Lösungen verständlich kommunizieren

Format: Zweitägiger Workshop | Für kleinere Gruppen bis etwa zwölf Teilnehmer:innen

ANGEBOT 31

Soft Skills für Tech-Expert:innen

Die Menschen hinter der Technik entwickeln

Technische Expertise entfaltet ihre Wirkung, wenn Ideen verständlich vermittelt und unterschiedliche Stakeholder eingebunden werden. Das Training stärkt Kommunikation, Selbstmanagement und Konfliktfähigkeit.

Schwerpunkte:

- Klar und durchsetzungsfähig kommunizieren
- Unterschiedliche Stakeholder einbinden
- Zeit- und Selbstmanagement
- Feedback geben und annehmen
- Technische Inhalte adressat:innengerecht vermitteln

Format: Eintägiger Workshop | Ideal für zehn bis zwölf Teilnehmer:innen

Das Gehirn als Ressource. Der Mensch im Mittelpunkt.

ANGEBOT 32

Eigene Potenziale entfalten

Ressourcen wecken, nutzen und bewahren

Der Workshop unterstützt Teilnehmer:innen dabei, persönliche Ressourcen bewusster wahrzunehmen und gezielt zu aktivieren. Ziel ist ein langfristig gesunder und wirksamer Einsatz der eigenen Kräfte.

Schwerpunkte:

- Persönliche Potenziale erkennen
- Lösungs- und zielorientierte Haltung
- Balance zwischen Leistung und Regeneration
- Klare Grenzen zwischen Arbeit und Privatleben
- Strategien für belastende Situationen

Format: Eineinhalb- oder zweieinhalbtägiger Workshop

ANGEBOT 33

Kreative Leistungsfähigkeit des Gehirns

Ressourcen aktivieren, Konzentration stärken und neue Ideen ermöglichen

Das Training verbindet neurowissenschaftliche Impulse mit praktischen Übungen. Die Teilnehmer:innen reflektieren, welche Rahmenbedingungen Konzentration, Motivation und Kreativität unterstützen.

Schwerpunkte:

- Bedingungen für ein leistungsfähiges Gehirn
- Konzentration und Motivation
- Methoden zur Förderung von Kreativität
- Stress verstehen und regulieren
- Balance zwischen Leistung und Regeneration

Format: Zweitägiger Workshop





Stärken sehen. Mut machen. Wachstum begleiten.

ANGEBOT 34

Mentoring

Erfahrung weitergeben und Entwicklung wirksam begleiten

Zukünftige Mentor:innen lernen, ihre Rolle klar zu verstehen und Vertrauen aufzubauen. Mentoring-Prozesse werden professionell strukturiert und auf konkrete Entwicklungsziele ausgerichtet.

Schwerpunkte:

- Rolle von Mentor:innen
- Erwartungen klären und Ziele definieren
- Mentoring-Sitzungen strukturieren
- Aktives Zuhören
- Feedback geben und empfangen

Format: Eintägige Ausbildung

ANGEBOT 35

Mut zur eigenen Stärke

Selbstvertrauen, Intuition und Gestaltungskraft stärken

Dieses speziell für Frauen entwickelte Training stärkt den bewussten Umgang mit den eigenen Fähigkeiten und der persönlichen Wirkung. Herausfordernde Situationen im Unternehmenskontext werden aktiv gestaltet.

Schwerpunkte:

- Eigene Stärken aktivieren
- Intuition bewusst nutzen
- Hinderliche Glaubenssätze verändern
- Macht und Einfluss konstruktiv einsetzen
- Zielgerichtet handeln

Format: Zweitägiger Workshop |
Angebot speziell für Frauen

Zielsetzung · Themenfeld 4

Ideen öffnen Möglichkeiten. Umsetzung schafft Wirkung.

Kreativität hilft, Bekanntes neu zu betrachten. Struktur sorgt dafür, dass Ideen geprüft, verbessert und in tragfähige Lösungen übersetzt werden.

Unsere Trainings verbinden:

Neugier

Urteilkraft

Problemlösung

Kund:innenorientierung

Experimentierfreude

Zusammenarbeit



Innovation beginnt nicht mit einer Antwort. Sie beginnt mit der richtigen Frage.

Als Nächstes: **05 Kommunikation und Kollaboration**





Kommunikation und Kollaboration

Klar sprechen, aufmerksam zuhören und gemeinsam tragfähige Lösungen entwickeln

Gute Kommunikation schafft Orientierung, Vertrauen und Verbindung. Sie wird besonders dann sichtbar, wenn Perspektiven auseinandergehen, Entscheidungen schwierig sind oder Veränderung Unsicherheit auslöst.

Die Trainings stärken Mitarbeiter:innen darin, klar zu kommunizieren, wirklich zuzuhören und auch in anspruchsvollen Situationen handlungsfähig zu bleiben.

Klar und adressat:innengerecht kommunizieren

Botschaften verständlich formulieren und an Zielgruppen anpassen

Zuhören und Perspektiven verstehen

Inhalte, Emotionen und Bedürfnisse des Gegenübers wirklich wahrnehmen

Konflikte und schwierige Gespräche gestalten

Auch unter Druck konstruktiv und lösungsorientiert bleiben

Verhandlungen und Zusammenarbeit verbindlich führen

Interessen klären, überzeugen und nachhaltige Vereinbarungen treffen

05 · Zuhören und empathisch kommunizieren

Wer zuhört, versteht. Wer versteht, verbindet.

ANGEBOT 36

Sprechen & Zuhören

Dialog- und Teamkultur stärken

Die Teilnehmer:innen lernen ein strukturiertes Dialogformat, das gleichberechtigte Beteiligung und empathisches Zuhören fördert. Respektvoller Austausch und konstruktive Gesprächsführung stehen im Mittelpunkt.

Schwerpunkte:

- Zuhören, ohne zu unterbrechen oder zu bewerten
- Gedanken klar formulieren
- Unterschiedliche Perspektiven verstehen
- Beteiligung in Gruppen fördern
- Reflexion und Feedback

Format: Halbtägiger Workshop | Etwa drei bis vier Stunden

ANGEBOT 37

Gewaltfreie Kommunikation

Mit sich selbst und anderen in Verbindung kommen

Das Training vermittelt Haltung und Werkzeuge der Gewaltfreien Kommunikation. Die Teilnehmer:innen lernen, Beobachtungen, Gefühle und Bedürfnisse klar auszudrücken, ohne zu bewerten oder Schuld zuzuweisen.

Schwerpunkte:

- Beobachtung ohne Bewertung
- Gefühle ohne Schuldzuweisung
- Bedürfnisse erkennen und benennen
- Klare Bitten formulieren
- Vom Kompromiss zum tragfähigen Konsens

Format: Zweitägiger Workshop oder zwei getrennte Trainingstage | Follow-up empfohlen

Klarheit schaffen. Konflikte konstruktiv nutzen.

ANGEBOT 38

Schwierige Gespräche führen

Auch unter Druck konstruktiv und lösungsorientiert im Gespräch bleiben

Die Teilnehmer:innen reflektieren ihren Gesprächsstil und erproben Methoden für anspruchsvolle Gespräche. Ziel ist eine klarere, respektvollere und lösungsorientierte Gesprächsführung.

Schwerpunkte:

- Gesprächsführung unter Druck
- Emotionen und ihre Wirkung
- Erfolgreiche Gesprächstechniken
- Win-win-Orientierung
- Kollegiale Beratung

Format: Eintägiger Intensivworkshop | Follow-up empfohlen

ANGEBOT 39

Konflikte kooperativ nutzen

Spannungen als Ausgangspunkt für konstruktive Veränderung

Konflikte sind ein natürlicher Teil der Zusammenarbeit. Das Training unterstützt dabei, Konflikt dynamiken zu erkennen und das persönliche Handlungsrepertoire zu erweitern.

Schwerpunkte:

- Individueller Konfliktstil
- Eskalationsstufen
- Kommunikation in Konfliktgesprächen
- Gewaltfreie Kommunikation
- Zusammenarbeit nach Konflikten neu gestalten

Format: Zweitägiger interaktiver Workshop





Überzeugend kommunizieren. Wirkungsvoll verhandeln.

ANGEBOT 40

Besser kommunizieren mit Insights®

Sich selbst und andere besser verstehen

Die Teilnehmer:innen reflektieren ihren Kommunikationsstil und lernen, Anliegen und Feedback bewusster an ihr Gegenüber anzupassen. Das Insights®-Modell schafft ein gemeinsames Verständnis für unterschiedliche Kommunikationsstile.

Schwerpunkte:

- Insights®-Modell und vier Farbenergien
- Eigenen Kommunikationsstil kennen
- Überzeugend präsentieren und argumentieren
- Aktives Zuhören und Fragetechniken
- Gespräche ziel- und lösungsorientiert führen

Format: Zweitägiger Workshop |
Halbtägiges Follow-up empfohlen

ANGEBOT 41

Negotiating with Impact

Klare Interessen, starke Argumente und nachhaltige Ergebnisse

Das kompakte Format vermittelt praktische Grundlagen für selbstbewusstes und zielorientiertes Verhandeln im Geschäftsalltag. Teilnehmer:innen lernen, Interessen klar zu benennen und Win-win-Ergebnisse zu entwickeln.

Schwerpunkte:

- Verhandlungsziele definieren
- Interessen und Positionen unterscheiden
- Argumente strukturiert einsetzen
- Einwände und Widerstände behandeln
- Nachhaltige Vereinbarungen

Format: Zweistündiges Insight-Webinar |
Auf Wunsch als vertiefender Workshop
adaptierbar



Spotlight | Human Skills

Awareness Intelligence

The Invisible Side of Business Conversations · Wahrnehmen, was Gespräche wirklich bewegt

In einer zunehmend digitalen Arbeitswelt gewinnt eine zutiefst menschliche Fähigkeit neu an Bedeutung: nonverbale Signale wahrzunehmen, Emotionen zu verstehen und Vertrauen aufzubauen. Awareness Intelligence verbindet Verhaltenspsychologie, Körpersprache und bewusste Wahrnehmung – für bessere Gespräche und fundiertere Entscheidungen.

„Je digitaler unsere Kommunikation wird, desto wertvoller wird die bewusste Wahrnehmung des Gegenübers.“

01 · Wahrnehmen

Verhalten objektiv beobachten · Signalcluster statt einzelner Gesten · Kontext berücksichtigen

02 · Verstehen

Komfort- und Stresssignale unterscheiden · Emotionen einordnen · Inkongruenzen erkennen

03 · Wirksam handeln

Gespräche bewusst weiterführen · Vertrauen stärken · Eigene Wirkung steuern



Was Teilnehmer:innen mitnehmen

Die Teilnehmer:innen lernen:

- Verhalten vor Interpretation beobachten
- Signalcluster wahrnehmen
- Komfort- und Stresssignale unterscheiden
- Inkongruenzen erkennen
- Einwände früher erfassen
- Eigene Wirkung bewusster steuern
- Wahrnehmung und Interpretation trennen

Mehrwert im Bankenumfeld:

- Unsicherheiten früher wahrnehmen
- Vertrauen schneller aufbauen
- Konflikte früher entschärfen
- Missverständnisse reduzieren
- Gespräche zielgerichteter führen
- Menschliche Verbindung stärken

Format: Keynote / Halbtagesworkshop / Ganztagesworkshop / Learning Nuggets

- ❏ Nonverbale Signale sind immer kontextabhängig. Das Training vermittelt keine Lügnererkennung, sondern stärkt bewusste Beobachtung und professionelle Gesprächsführung.

„KI kann Sprache analysieren. Menschen können wahrnehmen, was zwischen den Worten geschieht.“



Klar kommunizieren. Wirklich zuhören. Gemeinsam weiterkommen.

In einer zunehmend automatisierten Arbeitswelt gewinnt menschliche Kommunikation an Bedeutung. Sie schafft Vertrauen, ermöglicht Verständigung und hilft, auch bei unterschiedlichen Interessen handlungsfähig zu bleiben.

Unsere Trainings stärken:

Klarheit

Zuhören

Empathie

Dialogfähigkeit

Konfliktkompetenz

Verbindlichkeit



Wer wirklich zuhört, verändert das Gespräch. Und manchmal auch den Menschen gegenüber.

Als Nächstes: **06 Achtsamkeit, Resilienz und mentale Gesundheit**

Achtsamkeit, Resilienz und mentale Gesundheit

Fokus bewahren, Ressourcen stärken und gesund durch Veränderung navigieren

In bewegten Zeiten brauchen Menschen nicht nur neue Kompetenzen, sondern auch die Fähigkeit, mit ihrer Energie und Aufmerksamkeit bewusst umzugehen.

Die Trainings schaffen Raum für Wissen, Reflexion und praktische Werkzeuge, die sich unmittelbar in den Arbeitsalltag integrieren lassen.

Stress und Belastung wahrnehmen

Frühwarnzeichen erkennen und Stressreaktionen verstehen

Fokus und Selbstregulation stärken

Aufmerksamkeit steuern und Handlungsfähigkeit erhalten

Ressourcen und Regeneration fördern

Energie bewusst gestalten und Erholung als Leistungsgrundlage verstehen

Mentale Gesundheit gemeinsam unterstützen

Offen hinschauen, ansprechen und ein unterstützendes Umfeld gestalten



06 · Fokus und Selbstführung

Wer sich selbst führt, führt besser.

ANGEBOT 42

Den Fokus wiederfinden

Neurowissenschaft und Achtsamkeit im Berufsalltag nutzen

Die modular aufgebaute Reihe vermittelt verständliches Wissen über Stress, Emotionen, Kommunikation und Aufmerksamkeit. Zwischen den Modulen setzen die Teilnehmer:innen das Gelernte im Alltag um.

Schwerpunkte:

- Stressreaktionen in Gehirn und Körper
- Multitasking und Aufmerksamkeit
- Atem und Selbstregulation
- Emotionen und Entscheidungen
- Affect Labelling
- Kommunikationsmissverständnisse
- Bewusste Wortwahl
- Pausen und Regeneration
- Persönliche Antreiber
- Praktische Mentalstrategien
- Ausstieg aus dem Autopiloten

Format: Vier aufeinander aufbauende Vormittagsmodule | Jeweils etwa vier Stunden

ANGEBOT 43

Selbstführung

Eigene Ressourcen durch Zeit- und Selbstmanagement aktivieren

Die Teilnehmer:innen analysieren ihre Zeitstruktur und ihren Arbeitsstil und entwickeln konkrete Pläne für mehr Selbststeuerung, Fokus und Wirksamkeit.

Schwerpunkte:

- Proaktivität und bewusste Entscheidungen
- Persönliches Mission Statement
- Entwicklungsziele
- Handlungsplanung
- Zeitstruktur analysieren
- Prioritäten setzen
- Konzentrationszeit schaffen
- Aufgaben delegieren
- Arbeitsstil und Workflow
- Unterbrechungen reduzieren
- Stressmuster erkennen
- Praktische Verhaltensänderung

Format: Zweitägiger Intensivworkshop |
Optional 1 Follow-up-Tag





Achtsam mit sich selbst umgehen

ANGEBOT 44

Work-Life-Blending

Gesund zwischen Selbst- und Fremdbestimmung navigieren

Das Training richtet den Blick auf das Zusammenspiel von Arbeit, Privatleben und hybriden Arbeitsmodellen. Persönliche Erwartungen, Antreiber und Handlungsspielräume werden reflektiert.

Schwerpunkte:

- Persönliche Lebensbalance
- Hybride Arbeit und Homeoffice
- Innere Antreiber und Glaubenssätze
- Resilienz und Selbstfürsorge
- Schlaf und Regeneration

Format: Live-Online-Training | Zwei Module zu je vier Stunden

ANGEBOT 45

Burnout-Prävention

Stress frühzeitig erkennen und Ressourcen gezielt stärken

Die Teilnehmer:innen lernen, Stressentstehung und eigene Verhaltensmuster bewusster wahrzunehmen. Sie entwickeln ein persönliches Frühwarnsystem und erproben unmittelbar einsetzbare Übungen.

Schwerpunkte:

- Persönliche Stressmuster
- Frühwarnsignale
- Persönliche Ressourcen aktivieren
- Selbstfürsorge und Selbstmitgefühl
- Praktische Übungen für den Alltag

Format: Zweitägiger Workshop

Hinweis: Präventives Lernangebot, keine Diagnose oder Therapie

Ein gesunder Geist ist alles

ANGEBOT 46

Wohlbefinden und mentale Gesundheit

Selbstfürsorge und Resilienz als Zukunftskompetenzen stärken

Das Training vermittelt, wie Stress im Körper und im Denken sichtbar wird. Selbstregulation, stärkende Gewohnheiten und ein offener Umgang mit Belastungen werden erprobt.

Schwerpunkte:

- Nervensystem regulieren
- Klarer denken und entscheiden
- Positive Gewohnheiten und Selbstfürsorge
- Resilienz
- Unterstützungswege kennen

Format: Eintägiges Live-Training

ANGEBOT 47

Mentale Gesundheit im Team fördern *Für Führungskräfte*

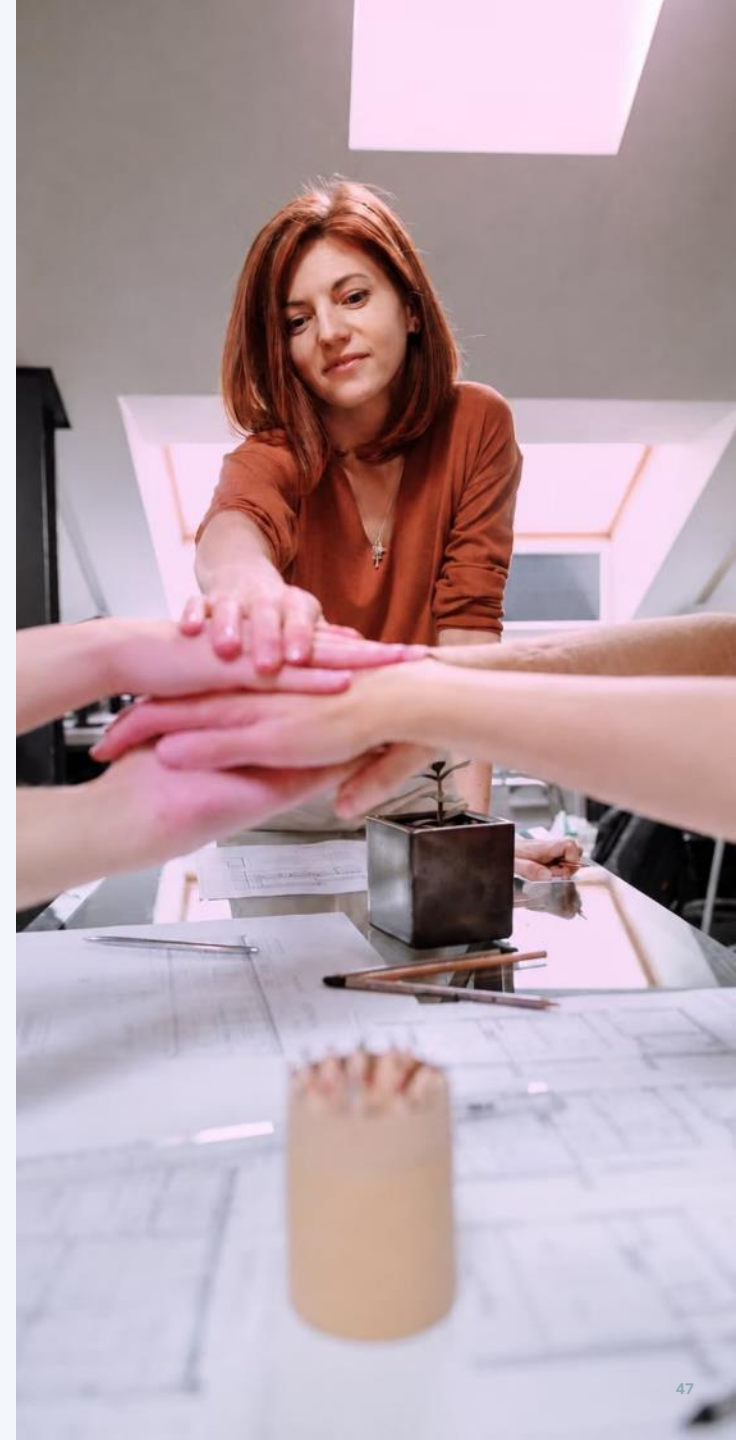
Bewusst hinschauen und unterstützende Gespräche führen

Führungskräfte lernen, erste Anzeichen von Stress und mentaler Belastung wahrzunehmen. Sie führen Gespräche sensibel und fördern ein unterstützendes Arbeitsumfeld.

Schwerpunkte:

- Frühe Hinweise auf Belastung erkennen
- Respektvolle Gespräche über mentale Gesundheit
- Grenzen der Führungsrolle
- Gesundheitsfördernde Impulse im Team
- Selbstfürsorge als Vorbild

Format: Eintägiges Live-Training für Führungskräfte





Verbindungen reduzieren Stress

ANGEBOT 48

Selfcare im Arbeitsalltag

In einer Stunde neue Kraft und alltagstaugliche Impulse gewinnen

Das kompakte Webinar vermittelt verständliche Grundlagen zu Stress, Nervensystem und Regeneration. Alltagstaugliche Übungen helfen, schnell neue Energie zu gewinnen.

Schwerpunkte:

- Stressreaktionen verstehen
- Nervensystem regulieren
- Bewusst atmen und zur Ruhe kommen
- Kleine Regenerationsrituale
- Positive Gewohnheiten

Format: Interaktives 60-Minuten-Webinar

ANGEBOT 49

Meet & Connect Lunches

Verbindung, Vertrauen und Zugehörigkeit in hybriden Teams stärken

Moderierte Lunch-Formate schaffen Raum für informellen Austausch über Bereiche und Standorte hinweg. Vertrauen, Teamgeist und Zugehörigkeit werden gezielt gestärkt.

Schwerpunkte:

- Moderierte Gespräche in kleinen Gruppen
- Neue Kontakte über Bereichsgrenzen hinweg
- Integration neuer Mitarbeiter:innen
- Vertrauen und Teamgeist
- Verbindung im hybriden Arbeitsumfeld

Format: Fünf bis zehn moderierte Lunch-Sessions | Jeweils etwa 45 bis 60 Minuten | Virtuell, hybrid oder in Präsenz

Gesund durch Veränderung. Klar im Denken. Menschlich im Miteinander.

Resilienz bedeutet nicht, jede Belastung auszuhalten. Sie bedeutet, Signale wahrzunehmen, Ressourcen zu nutzen und rechtzeitig für Ausgleich und Unterstützung zu sorgen.

Unsere Trainings stärken:

Selbstwahrnehmung

Fokus

Selbstregulation

Selbstfürsorge

Regeneration

Gegenseitige Unterstützung



Nachhaltige Transformation braucht nicht nur leistungsfähige Systeme. Sie braucht gesunde, handlungsfähige Menschen.

Als Nächstes: **07 Leadership in der neuen Arbeitswelt**



THEMENFELD 07

Leadership in der neuen Arbeitswelt

Orientierung geben, Vertrauen schaffen und Menschen durch Veränderung führen

Führung wird in einer technologisierten Arbeitswelt nicht durch KI ersetzt. Sie verändert ihren Schwerpunkt.

Wo Systeme analysieren, strukturieren und beschleunigen, schaffen Führungskräfte Richtung, Beziehung, Verantwortung und einen Rahmen für gute Zusammenarbeit.

Sinn und Orientierung vermitteln

Ziele verständlich machen und den Beitrag des Teams sichtbar halten

Vertrauen und Sicherheit schaffen

Offene Kommunikation, Verlässlichkeit und psychologische Sicherheit fördern

Hybride und vielfältige Teams führen

Unterschiedliche Perspektiven, Standorte und Lebensphasen einbeziehen

Gesundheit und Entwicklung fördern

Ressourcen schützen, Stärken erkennen und Lernen ermöglichen



Positiv voranschreiten

ANGEBOT 50

Sinnstiftende Führung

Das große Ganze glaubwürdig vermitteln

Die Teilnehmer:innen lernen, Unternehmensziele in ein verständliches Zielbild zu übersetzen und den Beitrag einzelner Teams sichtbar zu machen. Storytelling und Vorbildwirkung stehen im Mittelpunkt.

Schwerpunkte:

- Start with Why und Golden Circle
- Unternehmensziele verständlich erklären
- OKRs und SMARTe Ziele
- Storytelling und Metaphern
- Sinn im Arbeitsalltag sichtbar machen

Format: Eintägiger Workshop | Für acht bis zwölf Führungskräfte | Halbtägiges Follow-up empfohlen

ANGEBOT 51

Positive Leadership

Stärkenorientiert führen und Handlungsspielräume erweitern

Positive Leadership richtet den Blick auf Ressourcen, Stärken und positive Gestaltungsmöglichkeiten. Führungskräfte reflektieren ihre Wirkung und erarbeiten Interventionen für Motivation und Entwicklung.

Schwerpunkte:

- Stärken- und ressourcenorientierte Führung
- PERMA-Lead
- Führung als Stimmungsvorbild
- Anerkennung und Wertschätzung
- Konstruktive Fehlerkultur

Format: Eintägiger Workshop | Alternativ bis zu zwei Tagen vertiefbar

07 · Hybrid und auf Distanz führen

Führungskräfte als Leitbild – nah oder fern, immer präsent.

ANGEBOT 52

Zukunftsorientierte Führung

Hybride Arbeitsmodelle bewusst und fair gestalten

Führungskräfte reflektieren aktuelle und künftige Herausforderungen hybrider Zusammenarbeit. Sie entwickeln konkrete Handlungspläne für ihre Teams.

Schwerpunkte:

- Faire Aufmerksamkeit zwischen Office und Remote
- Kommunikation und Integration
- Team- und Arbeitsplatzkultur
- Neue Mitarbeiter:innen einbinden
- Handlungsplan für das eigene Team

Format: Interaktiver vierstündiger Online-Workshop | Für Mitglieder von Managementteams

ANGEBOT 53

Führen auf Distanz

Vertrauen, Kommunikation und Teamdynamik in hybriden Teams stärken

Das Training vermittelt konkrete Werkzeuge für die Führung räumlich verteilter Teams. Im Mittelpunkt stehen klare Kommunikation, effiziente Meetings und Vertrauen.

Schwerpunkte:

- Hybride Meetings strukturieren
- Digitale Kommunikationskanäle nutzen
- Vertrauen auf Distanz
- Motivation und Beteiligung
- Teamzusammenhalt

Format: Ganztage, Halbtage oder Webinar





07 · Vielfalt und gesunde Führung

Vielfalt leben. Gesund führen.

ANGEBOT 54

Generationen- und lebensphasengerecht führen

Unterschiedliche Erwartungen verstehen und gemeinsame Stärken nutzen

Mitarbeiter:innen bringen je nach Erfahrung, Lebensphase und Biografie unterschiedliche Bedürfnisse und Perspektiven ein. Das Training stärkt den bewussten Umgang mit Vielfalt und fördert das Voneinander-Lernen.

Schwerpunkte:

- Werte, Erwartungen und Arbeitsweisen
- Wahrnehmungsmuster und Schubladen reflektieren
- Stärken unterschiedlicher Generationen verbinden
- Kommunikation und Motivation anpassen
- Zusammenarbeit in vielfältigen Teams

Wichtiger Hinweis: Keine starren Altersklischees. Generationenmodelle als Reflexionsanlass, nicht als feste Typologie.

Format: Eineinhalbtägiger Workshop |
Optional halbtägiges Follow-up

ANGEBOT 55

Gesund führen

Sich selbst und andere verantwortungsvoll stärken

Führungskräfte bewegen sich zwischen den Erwartungen von Teams, Organisation und eigenem Umfeld. Das Training stärkt einen achtsamen Umgang mit der eigenen Gesundheit und der Verantwortung für ein unterstützendes Arbeitsklima.

Schwerpunkte:

- Eigenverantwortung und Vorbildwirkung
- Eigene Belastungen und Grenzen
- Gesundheitsorientiertes Führungsverhalten
- Potenziale im Team fördern
- Unterstützendes Betriebsklima

Format: Eintägiger Workshop für
Führungskräfte

ANGEBOT 56

Psychological Safety

Vertrauen schaffen, damit Menschen Fragen stellen, Ideen teilen und aus Fehlern lernen können

Psychologische Sicherheit beschreibt ein Arbeitsklima, in dem Mitarbeiter:innen Bedenken, Fragen, Fehler und Ideen offen ansprechen können, ohne Abwertung oder negative persönliche Konsequenzen befürchten zu müssen.

In einer von Digitalisierung, KI und Veränderungsdruck geprägten Arbeitswelt ist diese Offenheit eine wichtige Voraussetzung für Lernen, Zusammenarbeit und verantwortungsvolle Innovation.

Schwerpunkte:

- Bedeutung psychologischer Sicherheit
- Vertrauen und offene Kommunikation
- Rollen und Verantwortlichkeiten
- Führungsverhalten als Modell
- Fragen und kritisches Feedback ermöglichen
- Umgang mit Fehlern
- Fehlermanagement statt Schuldzuweisung
- Ask Me Anything und Lean Coffee
- Beteiligung in Meetings
- Diversität und Inklusion
- Safe Spaces und Konfliktprävention
- Individuelles Action Planning

Methodik: Praxisnahe Tools aus Organisationspsychologie, Moderation und systemischem Coaching, Gruppenreflexion, Rollenspiele, Simulationen und kollegialer Austausch

Format: Ein- bis zweitägiges Live-Training | Für Führungskräfte und Teams adaptierbar

Innovation braucht den Mut, Fragen zu stellen. Führung schafft den Raum dafür.





Bildung, die bewegt

Als ganzheitliche Partnerin für Unternehmensentwicklung gestalten wir Bildungserlebnisse, die Menschen, Kultur und Prozesse nachhaltig in Bewegung bringen.

Wissen für Generationen

Von Kids bis Best Ager: Vor Ort, online oder hybrid entstehen maßgeschneiderte Lernangebote, die zu den Menschen, zum Unternehmen und zur jeweiligen Herausforderung passen.

in:sp:i:re
BILDUNG / IST ERLEBNIS

Menschen machen den Unterschied

Wir hören hin, verstehen Ihre Herausforderungen und gestalten Zusammenarbeit persönlich. Im Mittelpunkt stehen Menschen und ihre Entwicklung, begleitet von Lehrenden, die fachlich und menschlich überzeugen.

Lernen für eine Welt im Wandel

Neue Technologien, veränderte Rollen und wachsende Anforderungen prägen, wie wir heute arbeiten und lernen. Deshalb verbinden wir aktuelle Inhalte mit flexiblen Formaten und konsequentem Praxisbezug.

Wir lernen mit unseren Kunden



binderholz



SIEMENS



LIEBHERR



INNIO



 Bundesministerium
Arbeit und Wirtschaft



AIS|FI|N|A|G

PORSCHE
HOLDING



TYROLIT



Austrian 



ALSTOM



Let's Connect

Wir freuen uns darauf, gemeinsam
die Zukunft zu entdecken.

E-Mail:

consulting@inspire-learning.com

Website: inspire-learning.com

© inspire-learning.com