



Liebe Leserinnen und Leser,

Wellness, Selbstmanagement, Burn-out – ein ganzes Bündel an Begriffen macht zurzeit die Runde. Dahinter verbirgt sich immer eines: Die Beschäftigung mit sich selbst und dem eigenen Gleichgewicht. Einem Gleichgewicht zwischen Körper und Seele, Karriere und Privatleben, Arbeit und Entspannung, Wollen und Müssen. Wir bei JANUS wissen, dass das Streben nach einem ausgeglichenen Lebensstil einen Sinn hat – nicht zuletzt aus eigener Erfahrung.

Doch wie so oft klappt auch hier eine Lücke zwischen Theorie und Praxis: Selbstmanagement, Selbstcoaching, Ressourcenmanagement & Co. gehören fest ins JANUS-Repertoire. Trotzdem sind auch wir keine Champions, wenn es darum geht, mit uns und unserem Leben pfleglich umzugehen. Immerhin, wir gehen zumindest kleine Schritte: Schonend laufen, regelmäßige Auszeiten, Rauchen reduzieren, bewußt ernähren – das sind unsere Themen. Welche sind es bei Ihnen?

Ein Leben in Balance sollte für alle ein Ziel sein. Das erkennen auch Unternehmen und Unternehmer, für die die Erhaltung der Leistungsfähigkeit ihrer Mitarbeiter ein Wettbewerbsfaktor ist. Deshalb beschäftigt sich dieses JANUS-Forum mit unseren Ideen, Vorstellungen und Angeboten rund um das Thema „Work-Life-Balance“. Besonders freuen wir uns, Ihnen unser neuestes Projekt vorzustellen: Im Frühherbst verlegen wir ein JANUS-Seminar ins Mittelmeer. Auf den Planken des Hochseekatamarans „JANUS“ wird sich alles um das Gleichgewicht von Body & Soul drehen.



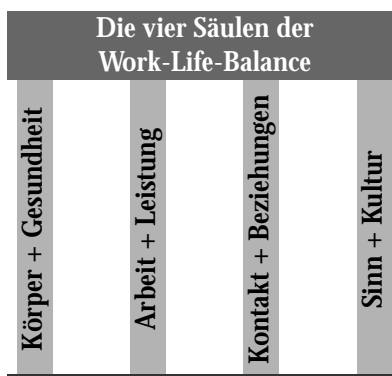
Ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Start ins Neue Jahr wünscht Ihnen
Ihr CARSTEN SCHÄPER

Work-Life-Balance

Mühen um das Gleichgewicht

Beim Thema Work-Life-Balance sind Arbeitgeber ebenso gefragt wie die Verantwortung des Einzelnen.

Wer mit 16 Jahren anfängt jeden Tag acht Stunden zu arbeiten, hat bei einer 5-Tage-Woche und vier Wochen Urlaub im Jahr 86.240 Arbeitsstunden geleistet bevor er mit 65 in den Ruhestand geht, so die nüchterne Bilanz der Statistiker. Bei Führungskräften kann man durchaus noch einige Stunden hinzu addieren. Und: Je mehr jemand arbeitet, umso weniger Zeit bleibt für Freunde, Hobbies, einen Theaterbesuch, die Familie. Für all jene Dinge, die genau wie Arbeit und Beruf zum Leben dazu gehören.



Seit geraumer Zeit erobert deshalb ein neuer Begriff das Management-Vokabular: Stichwort Work-Life-Balance. Wenn sich immer mehr Menschen im Beruf auszubrennen drohen, ist es höchste Zeit, sich mit dem Verlust von Harmonie und Gleichgewicht im Leben auseinander zu setzen. Und das gilt nicht nur für die Betroffenen.

Der Leistungsverlust eines Mitarbeiters wird zum Wirtschaftsfaktor, denn er setzt wie ein Schneeball eine Lawine in Gang. An deren Ende steht nicht nur die persönliche Krise des Einzelnen, sondern auch massive wirtschaftliche Verluste seitens seines Arbeitgebers. Klare ökonomische Größen wie reduzierte Fehlzeiten, eine höhere Produktivität und eine damit verbundene Kostenersparnis sind Argumente, sich als Arbeitgeber für die Balance der Belegschaft zu engagieren. Denn nur wem es gut geht, wer sich in seinem Leben wohl fühlt, kann seine volle Leistungsfähigkeit für Job und Firma einsetzen.

„Work-Life-Balance muss ein Thema für jedes erfolgreiche Unternehmen sein“, sieht JANUS-Geschäftsführer Dr. Carsten Schäper die dringende Notwendigkeit, die Beschäftigung mit der Harmonie von Beruf und Privatleben auch in die Unternehmenswelt zu tragen. Neben seinen eigenen Erfahrungen schöpft der Betriebswirtschaftler diese Überzeugung aus den Theorien des Zukunftsforschers Leo A. Nefiodow: Dieser formuliert in seinem Buch „Das sechste Kondratieff“ für die vergangenen zwei Jahrhunderte langanhaltende Zyklen von Basisinnovationen, die die Prosperität unserer Gesellschaft bestimmten. Nach Dampfmaschine, Eisenbahn, Chemie oder Automobil befinden wir

uns heute am Ende des fünften Langzyklus, dessen Wohlstand vom Einsatz der Informationstechnik bestimmt wurde. Zu Beginn des 21. Jahrhunderts, sieht uns der Zukunftsforscher an der Schwelle zum sechsten Kondratieff: Dessen Prosperität werde durch Gesundheit im weitesten Sinne, durch körperliches, seelisches, geistiges, soziales und ökonomisches Wohlergehen geprägt sein, so Nefiodows Theorie.

Eine gelungene Energieverteilung umfasst vier Lebensbereiche um die sich jeder Mensch regelmäßig kümmern sollte: Außer für Arbeit und Leistung gilt es, für die Bereiche Körper und Gesundheit, Kontakt und Beziehungen, Sinn und Kultur ausreichend Raum zu schaffen. Dabei geht es nicht darum, mit buchhalterischer Akribie einen exakten Zeitplan zu führen, um so jedem Feld die gleiche Aufmerksamkeit zu widmen. Viel wichtiger sei es, „ein qualitatives Gleichgewicht“ zwischen den vier Lebensbereichen herzustellen, so JANUS-Berater Schäper.

Letztlich sieht er für Unternehmen drei Wirkungsbereiche, um Mitarbeiter bei dem Ringen um Balance zu unterstützen: Wer sich dem Thema ernsthaft stelle, müsse sich zunächst fragen, wie das tägliche Arbeitsumfeld seiner Belegschaft konkret aussieht. Hier ist der Organisationsentwickler in seinem Element: „Wir reden von einem Kulturthema und der Frage, wie man Kultur im Unternehmen gestalten will“. Die Unternehmens- und Führungskultur bestimme jene unausgesprochenen Regeln und Riten, die dem inneren Gleichgewicht dienlich seien oder dieses negativ beeinflussen. Hier den Dingen auf den Grund zu gehen, ist eine der typischen Aufgaben bei der Beratung von Organisationen wie sie von JANUS angeboten wird. Erst wenn sich Vorgesetzte selbst

um ein balanciertes Leben bemühen, empfangen Mitarbeiter glaubwürdige Signale. „Es ist wichtiger, jemanden im richtigen Moment einmal früher nachhause zu schicken, als haufenweise kostspielige Methoden, Angebote und Modelle zu implementieren“, ist Schäper überzeugt. Wer beispielsweise für Gesundheitsprogramme Geld ausgeben, ohne die dazugehörige Philosophie in die Unternehmenskultur einzubetten, sei auf dem Holzweg, so der Trainer.



Die besten Rahmenbedingungen können allerdings nichts bewirken, wenn sich jemand gegenüber bestimmten Themen sperrt. „Ebenso wichtig wie die Kultur in der Firma ist die Haltung und Einstellung des Mitarbeiters“, sagt Schäper. Niemand könne einen Menschen zwingen, pfleglich mit sich und seinem Leben umzugehen, „letztlich ist das eine persönliche Entscheidung“. Verantwortungsbewusste Arbeitgeber haben aber sehr wohl die Möglichkeit, positive Impulse zu geben: Die JANUS-Angebote wie Coaching oder das Seminar „Selbstmanagement und Selbstcoaching“ bieten eine gute Ausgangsbasis, sich mit dem Thema intensiver zu beschäftigen. Und Schritt für Schritt an den vier Säulen der Balance zu arbeiten.

Stimmen erst einmal der unternehmensinterne Rahmen und die Motivation der Mitarbeiter können Arbeitgeber ganz praktische Hilfe leisten: Vom Executive-Health-Programm, das JANUS in Zukunft anbieten wird, über Arbeitszeitmodelle bis hin zu Dienstleistungen wie Kinderbetreuung reichen die Varianten, um Beschäftigten ein balanciertes Leben zu ermöglichen. Wichtig sei es dabei, auf Methoden und Angebote zu setzen, die tatsächlich gebraucht würden, rät dazu Schäper: „Es geht darum, identifizierte Defizite zu beheben und betriebswirtschaftlichen Nutzen zu erzielen – nicht einfach nur wohlklingende Maßnahmen anzustoßen“.

Die individuellen Gründe, sich lieber nicht mit Work-Life-Balance zu beschäftigen, sind vielfältig: „Ich merke nichts, ich ignoriere es, mir fällt nichts ein, ich kann ohnehin nichts machen“, setzt sich hier die bekannte Verhinderungskaskade aus der Transaktionsanalyse in Gang. Und auch aus unternehmerischer Sicht finden sich Argumente, das Thema nicht auf die Agenda zu setzen: Unternehmensberater Schäper sieht hier wie so oft die Angst vor Veränderung. Mit allem Neuen würden bisherige Erfolgsmodelle in Frage gestellt. Die aus einer ehrlichen Beschäftigung mit dem Balance-Thema resultierende Unruhe werde nur zu oft mit dem Verlust von Produktivität und Leistungsfähigkeit gleichgesetzt – statt in ihr eine Quelle neuer Kraft und Motivation zu sehen.

Für Schäper selbst und seine JANUS-Kollegen zumindest ist es keine Frage, sich täglich aufs Neue um die Harmonie in ihrem Leben zu kümmern: „Es macht einfach mehr Spaß, mit Menschen zusammen zu arbeiten, die in Balance sind und eine Menge Lebensfreude versprühen“, lautet sein ehrlicher Kommentar. (fe)

Neuer Schwung für müde Knochen

Mit Ressourcenmanagement, Coaching und dem Seminar „Selbstmanagement und Selbstcoaching“ hilft JANUS gestressten Führungskräften, dem Burn-Out ein Schnippchen zu schlagen.

Montag morgen, sieben Uhr. Fünfzehn verschlafene Gestalten stehen fröstelnd vor dem Parkhotel in Bad Bayersoien. Wäre ein warmes Bett nicht doch der angenehmere Aufenthaltsort zu dieser frühen Stunde? Während wir noch über unseren plötzlichen Aktivitätsdrang sinnieren, tritt ein gut gelaunter Peter Flühr munter federnd vor die Tür: „Guten Morgen“ – und schon traben wir los.

„Keine Lust auf Sahne“

Laufen, sich um das Gewicht kümmern, Arbeit abgeben

Carsten Schäper

Seit gut zwei Jahren gehören körper- und wellnesorientierte Angebote fest ins Seminarprogramm bei JANUS: Joggen, Meditation, Fasten, Rückenschule, Leistungsdiagnostik – wer schon einmal dabei war, kennt das bunte Spektrum mit dem Peter und seine Kollegen matte Führungskräfte in Schwung bringen wollen. Über das vielfältige Programm sollen die Teilnehmer wieder mit sich selbst in Kontakt kommen: „Der Mensch besteht nicht nur aus Intellekt“, reklamiert Peter bei vielen Führungskräften eine zunehmende Vernachlässigung des Körpers. Dabei sieht er als Körperarbeiter unsere physische Hülle als elementare Quelle von Informationen und Ideen, um die eigenen Bedürfnisse zu klären: Wer schon keine Vorstellung hat, wie er mit sich selbst kommunizieren soll, habe nach außen erst recht riesige Schwierigkeiten, ist er fest überzeugt.

Auf der Burn-out-Uhr, zeigt Trainerin Anna Kirsch im Seminar

„Selbstmanagement und Selbstcoaching“ (S+S), wie es um jene bestellt ist, die auf dem besten Weg sind, sich auszubrennen. Denn das sei in unserer Welt mittlerweile eher normal als die Ausnahme, „Burn-Out ist bei uns ein Kulturthema“.

Wer kennt ihn nicht, den Chef, der Einsatz bis zur totalen Erschöpfung wertschätzt, statt ein gutes Arbeitsergebnis zu loben. Oder die Koketterie in der Kantine, wer von den Kollegen das dickste Überstundenpolster vor sich her schiebt. Leistung muss sein, da sind sich Führungskräfte einig. Nur mit der Assoziation von Leistung mit dem Thema Druck ist nicht jeder einverstanden: „Gesunde Motivation resultiert aus einem Wechselspiel von Anspannung und Entspannung“, wehrt sich Harald Döbmayr, Agentur-Chef aus Bad Homburg gegen die fatale Verquickung von Angst als Ansporn zu Leistung.

„Im See Schwimmen gehen“

Yoga, Joggen, Meditation, mit den eigenen Kindern zusammen sein

Gernot Weilharter

Im Seminar versucht Anna daher den Blick zu schärfen für Bedürfnisse und Werte und für die großen und kleinen Energieräuber, denen wir im täglichen Leben ständig begegnen. Wer weiß, was ihm gut tut, kann daraus positive Motivation schöpfen. „Je erfüllter Bedürfnisse sind, umso gesünder, ganzer und runder fühlt sich ein Mensch in seinem Leben“, ermuntert sie, auf die innere Stimme zu hören.

Dass bereits fünf Tage im S+S-Seminar reichen, um ein Leben durchaus zu verändern, ist eine Erfahrung, die viele Teilnehmer machen. Die Auszeit gibt die Mög-

„Einfach zuhause sein“

Musik hören, Musizieren, Laufen, raus in die Natur

Martina Goldhorn

lichkeit, zu sich selbst zu finden, Prioritäten zu setzen und über das Leben nachzudenken. Gerade wenn die Burn-Out-Uhr zum Thema wird, stellen die meisten fest, dass sie sich mitten in einem fatalen Kreislauf befinden. Johann G., Geschäftsführer in der chemischen Industrie, hat nach seinem Seminarbesuch die Notbremse gezogen: Als der Job ihn mit Haut und Haar aufzufressen drohte, gönnte er sich zum ersten Mal seit langem einen dreiwöchigen Urlaub – ohne Handy: Ein Signal für ihn selbst ebenso wie ein Statement gegenüber seinen Mitarbeitern. „Wenn die Schiefelage erst einmal da ist, ist es schwer, den Rückweg zu finden“, das Seminar bei JANUS gab ihm den nötigen externen Anstoß, sich auf die Socken zu machen. Das völlig neue Urlaubsfeeling war nur der Anfang: Auch sonst ist er bereits mitten dabei, sein bisheriges Leben umzukrempeln: „Ich werde mich nicht mehr auffressen lassen“, lautet dafür sein erklärter Vorsatz. (fe)

„Singen als neue Erfahrung“

Walking, Gospel singen, Radfahren, Bergtouren

Anna Schätzl



„Man muss sich dem Leben stellen“

Wer seine innere Stimme überhört, riskiert, die Balance zu verlieren. Ein Gespräch mit JANUS-Gesellschafter, Manager und Segelfan Josef Beil.

Wer sollte sich besonders um Work-Life-Balance kümmern?

Führungskräfte und Top-Manager sind ständig gefordert: Entscheidungen müssen immer rascher gefällt werden und der Ruf nach Mobilität stresst nicht nur den Einzelnen, sondern auch sein privates Umfeld. Wer jung ist, schafft das meist problemlos – da steckt man so manches weg. Kritisch wird es, wenn man die Lebensmitte erreicht. Plötzlich spürt man, dass man sich nicht mehr so grenzenlos fordern darf. Und die Zeit für einen Ausgleich wird immer wichtiger.

Ist der Verlust der Balance vor allem mit einer körperlichen Überforderung verbunden?

Nein, keinesfalls. In der Lebensmitte wird die Frage nach dem Sinn des Lebens sehr präsent. Am Anfang des Berufslebens, von Partnerschaft, Kindern, Familie, hat man dafür keine Zeit. Aber die Arbeit und das Leben bringen bestimmte Fragen, Herausforderungen und Bedürfnisse mit sich, mit

denen man sich beschäftigen muss. Und für die man Zeit braucht. Der Mensch entwickelt sich ein Leben lang – durch die ständigen kleinen und großen Herausforderungen, die er lösen muss. Klar ist eines: Wer hier kneift, gerät aus dem Lot – man muss sich dem Leben stellen.

Muße und ein ruhiges Leben sind kein Garant für Glück?

Das kommt auf den einzelnen Menschen an. Mancher kommt aus der Balance, wenn er sich überfordert. Der andere kippt, weil er etwas nicht tut, was in seiner Persönlichkeit liegt: Sich nicht in den Job reinhängt, keine eigene Firma gründet, nicht an seiner Karriere bastelt. Man muss in sich hineinlauschen und erspüren, welcher Weg der richtige ist.

Gibt es Menschen, die vom Verlust ihres inneren Gleichgewichts besonders bedroht sind?

Leute, die zu ihren Sinnen keinen Zugang haben, sind besonders gefährdet. Denn letztlich geht es um Denken, Fühlen und Handeln. Wenn da ein Element ausgeschaltet

wird, kippt der ganze Mensch. Das passiert besonders leicht, wenn jemand gestresst ist und ihm die Zeit und der Rahmen fehlen, in sich hineinzuhören. Oder wenn ihm der Raum fehlt, dem Impuls Dinge zu tun, einfach nachzugeben.

Sie finden Ihren Ausgleich auf dem Wasser. Was hat Segeln mit Work-Life-Balance zu tun?

Segeln ist das ideale Medium, um zu den drei Bereichen Denken, Fühlen und Handeln Zugang zu bekommen. Man hat Zeit, nachzudenken, auf einem Kat gibt es immer Platz, um sich zurück zu ziehen. Die Umgebung lädt ständig zum Fühlen ein: Die Weite des Horizonts, die Tiefe des Wassers, der Himmel über dem Boot. Und Segeln heißt Handeln: Wenn ein Manöver nötig ist, muss man ran, egal ob man Lust hat oder nicht. Wir wollen Menschen in einer sehr ähnlichen Lebenssituation auf das Boot holen. Und wenn es gelingt, Leute so zusammen zu bringen, können alle davon profitieren: Für sich selbst und gemeinsam mit den anderen.

Das Leben ist schön

Für lange Zeit das Ufer aus den Augen verlieren, um dann neues Land zu entdecken – das ist die Kernidee unseres neuesten JANUS-Projektes: Mit sechs bis acht Leuten wollen wir im Herbst 2002 zu einer 7-tägigen Entdeckungsreise ins Neue und Unbekannte aufbrechen.

Ein Segeltörn mit dem Hochsee-Katamaran JANUS führt uns ins östliche Mittelmeer. Dort wollen wir in die Weite und in die Tiefe schauen und ungewohnte Perspektiven kennen lernen. Gemeinsam mit Menschen in ähnlichen Lebenssituationen werden wir mit allen Sinnen leben, Gemeinschaft erfahren und Rückzug genießen. Wo stehe ich? Was will ich? Wie höre ich meine innere Stimme?

Wir werden das Leben genießen, den Tag feiern und zu uns selbst finden. In einem Wechselspiel von Ruhe und Erlebnisphasen finden wir Raum für eine Standortbestimmung und energispendende Naturerlebnisse. Josef Beil als Trainer und ein erfahrener Skipper sorgen dafür, dass sich auch Landratten auf der JANUS wohl fühlen werden. Der Kat ist mit fünf Doppelkabinen ausgestattet, leckeres Essen und guter Wein gehören zu den Genüssen des Törns. Die Veranstaltung richtet sich vorwiegend an Unternehmer, Geschäftsführer und Manager. Segel-Kenntnisse sind nicht erforderlich. Es besteht die Möglichkeit für Einzelcoaching.

Porträt



Martina Goldhorn – Trainerin bei JANUS und zukünftiges Mitglied der Geschäftsleitung

„Martina Goldhorn“ – was fällt Ihnen da spontan ein? „Vor allem, dass Sie ausgesprochen liebenswürdig ist“, lautet die spontane Antwort von Anna Schätzl, Büromanagerin bei JANUS – und sie muss es wissen! Seit Frühjahr dieses Jahres bereichert Martina Goldhorn als Trainerin das JANUS-Team. Davor hat sie unseren Studiengang Coaching absolviert und war sporadisch frei für JANUS tätig. Besonders eine Rückmeldung hört die Badenerin oft: „Du bist so angenehm ruhig, so freundlich. Und so entspannt.“ Stimmt. Im Gespräch mit Martina kehrt Ruhe ein. Eine andere, häufige Rückmeldung: „Du läßt nicht locker; bist sehr klar; Deine Analyse ist scharfsinnig und bringt mich weiter.“ Erster Verdacht: Die Frau ist perfekt – nicht nur als Kollegin und Trainerin!

Warmherzigkeit und Klarheit. Ein Mitarbeitergespräch mit Martina wird zum Schlüsselerlebnis: Die Bestandsaufnahme offenbart große Zufriedenheit - von Mitarbeiterin und Chef. Die gegenseitigen Rückmeldungen sind positiv.

Plötzlich nimmt das Gespräch eine Wendung: Jetzt erzählt der Chef von Arbeitsbelastung und Zielen, die nicht erreicht sind und anderen, die nicht mal greifbar scheinen. Martina hört zu – und hakt mit Selbstverständlichkeit und Klarheit nach. So wird aus dem Mitarbeitergespräch übergangslos ein Chef-Coaching in der für Martina typischen warmherzigen und öffnenden Atmosphäre. Und es entsteht eine neue JANUS-Produkt-idee: „360°-Coaching“. Wie sehr könnten Führungskräfte profitieren, wenn sie das Potenzial ihrer Mitarbeiter als Quelle für eigene Entwicklungen nutzen könnten! (Interessenten an 360°-Coaching wenden sich bitte direkt an Martina Goldhorn!).

Neugier und Mut. Nach dem Abitur will Martina Goldhorn Lehrerin werden. Auf eine Banklehre folgt ein Studium der Wirtschaftspädagogik in Mannheim. Das erste Schulpraktikum heilt sie vom Lehrerberuf. Knackpunkt ist die Atmosphäre im Lehrerzimmer: Kraftlose Gestalten, Resignation, Frust, Alkoholprobleme. Nach einem glänzenden Abschluss entschließt sie sich zur Unikarriere, Thema „Innovative Lernwege“. Fast zwangsläufig folgt das Angebot zur Dissertation, gleichzeitig Bewerbung bei zwei Banken. Sie entscheidet sich für die Commerzbank: „Wegen der guten Atmosphäre im Vorstellungsgespräch und dem spannenden Job“. Noch während der Trainerzeit kommt das Angebot, als Gruppenleiterin den Aufbau der Abteilung „Bildung und Marketing“ in Dresden voranzubringen. Kaum angetreten, winkt schon der nächste Karrieresprung: Eine Doppelrolle als Führungskraft und Trainerin. Wieder schnelle Einarbeitung, schnelle Professionalisierung, schneller Erfolg.

Heute ist sie bei JANUS – natürlich wegen „der guten Atmosphäre, der

sehr anspruchsvollen Aufgaben und der Chance, sich weiter zu entwickeln“. Das mit dem „weiter entwickeln“ stimmt auf alle Fälle: Ab Januar 2002 verstärkt Martina die JANUS-Geschäftsführung!

Was als geradlinig geplante Karriere erscheint, ist das Ergebnis intuitiv und neugierig erfasster Chancen und dem ausgeprägten Mut, ins kalte Wasser zu springen. Verdacht erhärtet: Diese Frau geht ihren Weg mit Herz und Verstand!

Ausgleich für ihr unruhiges Trainer-Leben findet die 35-Jährige zuhause. Mit Christoph lebt sie seit einigen Jahren zusammen und hat ihn im letzten Jahr geheiratet. Ihre Wurzeln in Freiburg und die Familie sind Martina wichtig (auch wenn es meistens nur für lange Telefonate reicht. Ihre ausgeprägte Liebe zur Natur zeigt sich bei ausgedehnten Wanderungen und Radtouren.

Multitalent. Arbeitsschwerpunkt von Martina Goldhorn sind zurzeit mehrstufige Führungstrainings, die sie für E-Plus, Consors und BMW durchführt. Ihr Interesse gilt auch Themen wie „Mitarbeiter- und Zielvereinbarungsgespräche“, Führungsgrundsätze“, „Einzelcoaching“, „Teamentwicklung“ sowie „Präsentation/Moderation“ – und natürlich 360°-Feedback. Kunden, finden in ihr eine kompetente, konzeptionell starke und teilnehmerorientierte Partnerin.

Von Zeit zu Zeit geht Martina ins Kloster: Zu Exerzitien mit Meditation, Yoga und Gesprächen über das Wesentliche. Doch wohl nicht um noch gelassener und klarer und liebenswürdiger zu werden? Wo soll das bloß enden? Martina, wir rufen Dir zu: „Es reicht! Wir schätzen Dich sehr so wie Du bist!“ Einwände nimmt entgegen: Carsten Schäper und der ganze Rest des JANUS-Teams.

(CS)

Neues vom RessourcenManagement

Auch 2002 ist das Ressourcen-Management als körper- und wellness-orientiertes Zusatzangebot fester Bestandteil des JANUS-Programms. Im Seminar DienstleistungsManagement vom 7. bis 12. April planen wir die Zusammenarbeit mit einem Trainer aus dem Bereich Schauspiel und Theater.

Der nächste Termin zur Leistungsdiagnostik findet im Sommer vom 9. bis 14. Juni beim Seminar „Persönlichkeit und Führungsstil“ statt. Gleich am Jahresanfang haben Kurzentschlossene die Chance, ihre guten Vorsätze für 2002 umzusetzen: Bei Seminar „SelbstManagement und SelbstCoaching“ vom 20. bis 25. Januar sind noch Plätze frei!

Absolventen im Studiengang Coaching



Seit der letzten Abschluss-Supervision im Oktober halten wieder zwei neue Absolventen das begehrte Zertifikat unseres Studiengangs Coaching in Händen: Wir gratulieren Dr. Gertraud Ehrlich-Weinreich und Rainer Bubenheim ganz herzlich zur bestandenen Prüfung.

Offene Seminare	2002
Persönlichkeit und Kommunikation	03.03. - 08.03.2002
	13.10. - 18.10.2002
SelbstManagement und SelbstCoaching	20.01. - 25.01.2002
	07.07. - 12.07.2002
	06.10. - 11.10.2002
KonfliktManagement	17.02. - 22.02.2002
	23.06. - 28.06.2002
	10.11. - 15.11.2002
Persönlichkeit und Führungsstil Profiling	03.02. - 08.02.2002
	09.06. - 14.06.2002
Persönlichkeit und Führungsstil Leading	09.06. - 14.06.2002
	01.09. - 06.09.2002
Akquisition und Persönlichkeit	14.04. - 19.04.2002
DienstleistungsManagement	07.04. - 12.04.2002
	15.09. - 20.09.2002
GruppenPsychologie und TeamManagement	12.05. - 17.05.2002
	28.07. - 02.08.2002 (outdoor)
	24.11. - 29.11.2002
Methodik des Coaching von Teams	12.05. - 17.05.2002
	24.11. - 29.11.2002
Methodik des EinzelCoaching	17.03. - 22.03.2002
	14.07. - 19.07.2002
	08.12. - 13.12.2002
Methodik des InnovationsManagement	22.09. - 27.09.2002
Methodik der prozessorientierten Moderation	12.05. - 17.05.2002
	20.10. - 25.10.2002
Supervision	15.01. - 16.01.2002
	02.05. - 03.05.2002
	29.08. - 30.08.2002
	01.10. - 02.10.2002

In ihrer Abschlussarbeit beschäftigten sich die beiden mit dem Drama-Dreieck und Ich-Zuständen beziehungsweise mit dem Thema Dreiecksvertrag. Ihr Alltag in Beruf wie im Privaten liefert

sicher viele Ansatzpunkte, um das Gelernte in der Praxis umzusetzen – und nicht zuletzt auch so an ihrer persönlichen Work-Life-Balance zu arbeiten. Dafür und alle anderen Zukunftsprojekte drücken wir die Daumen und wünschen alles Gute!

Mehr Info unter www.janusteam.de oder in unserer aktuellen Seminarbroschüre.

Kontakt

JANUS GmbH
 Organisationsentwicklung,
 Teamentwicklung, Training
 Untere Bahnhofstraße 50
 82110 Germering
 Tel.: 089/840796-6
 Fax: 089/840796-77
 eMail: team@janusteam.de
<http://www.janusteam.de>

Ihr JANUS-Team:
 Anna Kirsch, Dr. Carsten Schäper,
 Josef Beil, Martina Goldhorn,
 Gernot Weilharter
 und Anna Schätzl