

******* Ein neues Format der AST AG *******

**Boxenstopp: Ein herausforderndes und „agiles“ Training in 3 Modulen
für weibliche & männliche Führungskräfte**

1. Modul: Profil einer agilen FK in Zeiten der Digitalisierung

Unternehmens- und gesellschaftlicher Background

- Was ist unter agiler Führung zu verstehen?
- Digitalisierung und New Work
- Technisierung und ihre Auswirkung auf Führung

Persönlicher Background

- Mein STATUS QUO beruflich und privat
- Karriere- und Berufsplanung
- Mission Statement

Methoden: Inputs, Interaktive Übungen, Peerlearning, Reflexionen, Schmieden meines Mission Statements.

2. Modul: Machtspiele zwischen Männer und Frauen

Unternehmens- und gesellschaftlicher Background

- Machtverhältnisse im gesellschaftlichen Wandel
- Machtverhältnisse im Unternehmenskontext

Persönlicher Background

- Meine Einstellung zum Thema Macht
- Persönliche Machterfahrungen, Unterschiede zwischen Männer und Frauen
- Destruktive und hilfreiche Machtspiele
- Machtbalance und wirkliche Kooperationen zwischen Frauen und Männern

Methoden: Inputs, Interaktive Übungen, Peerlearning, Reflexionen, Macht erleben körperlich ausdrücken, Arbeit mit einem Sportpädagogen.

3. Modul Auftritt und Wirkung

Unternehmens- und gesellschaftlicher Background

- Anforderungen von außen an unseren Auftritt und Wirkung
- Erfolgreicher Auftritt von Männern
- Erfolgreicher Auftritt von Frauen

Persönlicher Background

- Meine Stärken und Schwächen beim öffentlichen Auftritt
- Wirkung erhöhen durch äußere und innere Haltung
- Körper und Stimme einsetzen
- Trainieren von Auftritten

Methoden: Inputs, Interaktive Übungen, Peerlearning, Reflexionen, Arbeit mit einem Schauspieler zur Auftrittsverbesserung.

Unser Ansatz der AST AG

- **Mehrdimensionalität:** Wir – das Team von AST – nehmen für ein solches Training 3 Dimensionen in den Blick:
 - die Person selbst
 - das fachliche Handlungsfeld der Teilnehmenden
 - die Organisation / das Unternehmen.
- **„Interaktives Lernen“:** Wir haben einen durchgängig interaktiven Ansatz, d.h. die Seminarformate beinhalten einen permanenten Wechselprozess zwischen Impuls durch das Trainerteam und Umsetzung durch die Teilnehmerinnen. Die Teilnehmerinnen sind am Seminargeschehen beteiligt. Das Seminar ist bedarfsorientiert und nutzt jederzeit persönliche Themen und Fälle aus der Praxis der Teilnehmerinnen.
- **Seminar design und multiples Lernen:** Vor dem Hintergrund neuer Erkenntnisse aus der Sozialpsychologie, Neurobiologie und der Embodimentforschung werden unterschiedliche Lernkanäle angesprochen. Kognitives Lernen, ebenso wie ein Lernen mit allen Sinnen, sowie emotionales und körperliches Aneignen neuer Impulse.
Wir arbeiten grundsätzlich auf verschiedenen Ebenen: kognitiv, physisch, emotional, sozial. Jedes Seminarthema wird auf mindestens 2 Lernebenen bearbeitet.
Dazu ein Beispiel: Ein Mission Statement (innerer Handlungsauftrag) wird nicht nur kognitiv entwickelt und emotional „besetzt“ sondern auch körperlich erarbeitet indem die Teilnehmerinnen ihr Mission Statement in Eisen schmieden. Die Kombination der unterschiedlichen Zugänge schafft eine große Nachhaltigkeit und entfaltet starke Handlungsimpulse in Richtung Umsetzung.