

Lösungsfokussierte Ressourcenarbeit

Aufstellung mit dem „inneren Team“ (nach Schulz von Thun)

Inhalt und Ziele

Oftmals stecken wir mehr Aufwand in die Auseinandersetzung mit den eigenen Unzulänglichkeiten, anstatt den Fokus auf die gezielte Nutzung der persönlichen Stärken (ressourcenorientierter Selbstanteile) zu richten. Schulz von Thun beschreibt ressourcenorientierte Selbstanteile als innere Instanzen, die sich in bestimmten Lebenssituationen zu Wort melden und auch gehört werden möchten. Sie bilden gemeinsam das sogenannte innere Team.

Die Arbeit mit dem inneren Team dient der Reflexion und damit Optimierung Ihres persönlichen Verhaltensrepertoires, insbesondere in herausfordernden Situationen. Durch die Abstimmung und Integration der verschiedenen Persönlichkeitsanteile im inneren Team erhalten Sie einen neuen Blickwinkel und damit Lösungsansätze für problembehaftete Situationen.

In diesem Seminar arbeiten wir mit konkreten Themenstellungen, die von den Teilnehmenden eingebracht werden, zum Beispiel:

- Umgang mit beruflichen Herausforderungen
- Entscheidungen hinsichtlich der Karriereentwicklung
- Konflikte innerhalb des Teams (mit Kolleginnen/Kollegen und/oder Vorgesetzten)
- Stresssituationen bzw. mangelnde Work-Life-Balance

Lernmethode

Systemische Strukturaufstellungen, kollektives Teamcoaching, Supervision, Imaginationen

Zielgruppe

Personen, die durch Reflexion das eigene Verhaltensrepertoire im beruflichen Alltag erweitern möchten

Trainer

Herr Mag. Dr. Christian Wagner, qualityforsuccess

Zeit & Ort

Dauer: 2 Tage
Seminarnummer: COA-G14
Termin: 9.–10. Dezember 2025
Ort: Verwaltungsakademie des Bundes, Rennweg 97–99, 1030 Wien

Organisation

Seminarleitung: Frau Dipl.-Päd.ⁱⁿ Marion Pilz-Zikulnig, BEd MA
Sekretariat: Frau Nedeljka Haag

Über den Trainer

Mag. Dr. Christian Wagner

qualityforsuccess, Unternehmensberater, Trainer, systemischer Coach. Arbeitsschwerpunkte:
Strategie-, Führungskräfte-, Team- und Persönlichkeitsentwicklung
info@qualityforsuccess.at