

Ihre Expertinnen



KAREN SONNENBERGER

Geschäftsführerin,
Erfahrene Führungskraft,
Business Coach (PCC ICF),
Beraterin und Trainerin

ULRIKE BUGLER

HP für Psychotherapie,
Buddhistische Psychologie
& Hypnose Master DHI



Kontakt & weitere Informationen

Sonnenberger Akademie GmbH
Marktplatz 5
69469 Weinheim
+49 176 70799809
mail@sonnenberger-akademie.com



www.sonnenberger-akademie.com



SONNENBERGER
AKADEMIE



Teamentwicklung mit der MHT-Methode®

Erfolg durch mentale Stärke

www.sonnenberger-akademie.com

1-jähriges Programm für Führungskraft & Team

Die „**Mental-Health-Team**“-Methode® kombiniert klassische Ansätze wie Einzel- und Teamcoaching mit der individuellen Persönlichkeitsentwicklung. Dieser ganzheitliche Ansatz bringt zwei erfolgreiche Methoden zusammen. Jedes Teammitglied wird mit seinen individuellen Themen, Stärken und Schwächen und als Teil des Teams, entwickelt und gestärkt. Zudem werden Prozesse und Strukturen nachhaltig verbessert und neue Ideen für den Team- und damit Unternehmenserfolg entwickelt.



Ziele des Trainings und Ihr Nutzen

- Lösen von individuellen Blockaden und Dysfunktionen im Team
- Verbesserung der Kommunikation und des Miteinanders im Team
- Verbesserung des Arbeitsklimas
- Stärkung der Mitarbeitergesundheit
- Förderung der individuellen Leistungsbereitschaft
- Optimierung von Strukturen und Prozessen
- Steigerung des gemeinsamen Erfolgs

Inhalte und Themen

- 1 Interviews / Einzelgespräche
- 2 Analyse
- 3 Bedürfnisorientierter Konzeptvorschlag
- 4 Ein Termin pro Monat (12 x je 1-2 Tage)
 - Strukturanalyse
 - Positionierung
 - Teamdynamiken
 - Aufstellung – Individuum im Team
 - Teamcoaching mit verschiedenen Methoden wie z.B. Workshops, Lego® Serious Play®, Outdoor, Teambuilding, OKR, Achtsamkeit, ZEN-Buddhismus, Meditation, MBSR, u.v.a.m.
- 5 Individuelle Persönlichkeitsentwicklung oder klassisches Einzelcoaching je nach Bedarf

Zielgruppe

Etablierte Teams, die Vertrauen stärken wollen, um Motivation und Leistung zu steigern.

Teams, die in neue Impulse für eine innovative, stabile Zukunft investieren wollen.

Gruppengröße:

max. 15 Personen (Team und Führungskraft)