



KARINJUNGMANN

Die Business-Herzschriftmacherin
Somatische Begleitung für Führung & Organisation

STÄRKEN

UNTERNEHMENSTEAM**TRAININGS**

MASSGESCHNEIDERTE TRAININGS FÜR KOMMUNIKATION, KONFLIKTFÄHIGKEIT UND ZUSAMMENHALT

- 1-2 Tage Training jenseits von Alltagsroutinen,
 - interaktiv und mit körperorientiertem Lernen, das unter die Haut geht,
 - damit dein Team gesund zusammenarbeitet und gemeinsam wirksamer wird.
-

Zielsetzung – Teams stärken durch gelebete Vielfalt in den Teams!

In jedem Team steckt mehr, als der Alltag zeigt. Oft reiben sich unterschiedliche Persönlichkeiten aneinander, Konflikte schwelen unausgesprochen, und wertvolle Stärken bleiben unsichtbar, weil die Kommunikation im Tagesgeschäft zu kurz kommt. Das kostet Motivation, Gesundheit und am Ende auch Ergebnisse.

Meine Trainings machen individuelle Stärken sichtbar, fördern echte Begegnungen und verankern konstruktive Kommunikation im Arbeitsalltag. Dabei arbeite ich mit Kopf und Körper zugleich: Dein Team versteht die Dynamik des Miteinanders und erlebt sie gleichzeitig ganz praktisch am eigenen Leib. So entsteht ein Umfeld, in dem Menschen spürbar ausgeglichener sind und gemeinsam wirkungsvoller werden.

Zielgruppe – Für wen das Coaching gedacht ist.

Für Unternehmen, die die Zukunft ihrer Mitarbeiter:innen aktiv gestalten wollen und Zusammenhalt als Motor für Gesundheit, Innovation und Erfolg begreifen.

Ablauf – Echte Begegnungen: So arbeite ich mit deinem Team.

Jedes Training entsteht maßgeschneidert aus dem, was dein Unternehmen gerade braucht. Kein Konzept von der Stange, sondern ein Format, das zu deinen Menschen, deiner Kultur und deinem Anlass passt.

Im Training selbst verbinde ich fundierte Grundlagen mit Reflexion und viel Praxis. Perspektivenwechsel und überraschende Übungen bringen eingefahrene Muster in Bewegung und eröffnen neue Handlungsräume, mal mental fordernd, mal körperlich aufweckend, immer mit Ernst und Humor zugleich. Die eingebrachten Fallthemen deines Teams sind dabei das Arbeitsmaterial, an dem alles konkret wird.



KARINJUNGMANN

Die Business-Herzschriftmacherin
Somatische Begleitung für Führung & Organisation

Bewährte Trainingsthemen, immer individuell angepasst:

- **Konflikttransformation:** Aus Reibung wird Entwicklung. Dein Team lernt, Spannungen früh anzusprechen und konstruktiv zu wenden.
- **Lustvoll scheitern:** Fehlerkultur, die den Namen verdient. Aus Angst vor Fehlern wird Mut zum Lernen.
- **Würde macht Sinn:** Wertschätzende Zusammenarbeit als Fundament für Motivation und Loyalität.
- **Kommunikation im Team:** Klar sprechen, wirklich zuhören, auch wenn Persönlichkeiten bunt gemischt sind.

So läuft die Zusammenarbeit ab:

- **Bedarfsgespräch.** Wir klären gemeinsam, wo dein Team steht und was sich verändern soll. Kostenlos und unverbindlich.
- **Maßgeschneidertes Konzept.** Du erhältst ein Konzept mit Zielen, Ablauf und Investition, abgestimmt auf Anlass, Teamgröße und Rahmen. Formate: der Standardfall ist ein Tagetraining – je nach Bedarf sind auch Halbtagestrainings, Workshopreihen, Begleitung von Veränderungsprozessen oder eine Paketlösung mit Training/Reflexion/Coaching möglich.
- **Durchführung.** Bei euch im Unternehmen oder in externen Räumen, je nach Wunsch und Bedarf. Ich arbeite mit kleinen Trainingsgruppen von 12-15 Personen, damit die körperorientierten Elemente ihren intensiven Ausdruck finden können. Trainings auf Deutsch, Englisch oder Italienisch.
- **Transfer.** Ein Training wirkt erst, wenn es den Alltag erreicht. Deshalb schließen wir mit konkreten Vereinbarungen ab, auf Wunsch mit Follow-up-Terminen oder Reflexionsstunden, damit das Gelernte im Tagesgeschäft ankommt.

Ergebnis – Was dein Unternehmen davon hat.

Dein Team spricht Themen an, statt sie zu umgehen. Konflikte werden früher erkannt und kosten weniger Kraft. Die Zusammenarbeit wird bewusster, die Stimmung gesünder, und diese Wirkung trägt weiter als jede einzelne Maßnahme: Jede:r Mitarbeiter:in, die gestärkt aus einem Training geht, wirkt als Multiplikator:in in dein ganzes Unternehmen hinein.

Zeitraum: **1 Tag** | Gesamtpreis: **EUR 1.800,- zzgl. 20% MwSt.**

Zahlungskonditionen: Die Zahlung erfolgt zu 100 % nach Leistungserbringung.

Der erste Schritt verändert dein Team und dein Unternehmen!

Erzähl mir im Bedarfsgespräch, wo dein Team gerade steht. Du bekommst von mir eine ehrliche Einschätzung und ein Konzept, das zu euch passt.