

Segel setzen.
Für klare und selbstbestimmte
Entscheidungen.
Das Business-Coaching-
Seminar für Unternehmer*innen
und Führungskräfte



Wünschen Sie sich mehr Klarheit in Ihren Entscheidungen?

Mehr Selbst-Bestimmung?
Mehr Resilienz?

Weltweite politische Krisen, rasant schnelle und tiefgreifende Veränderungen in der Wirtschafts- und Arbeitswelt und dazu noch persönliche Herausforderungen, denen Sie täglich begegnen, verunsichern, überfordern und produzieren Angst, falsche Entscheidungen zu treffen.

In einer komplexen Welt voller schwieriger Themen und persönlicher Fragestellungen ist es oft schwer, den richtigen Kurs zu finden und ihn konsequent einzuschlagen.



Das mehrtägige Coaching-Seminar Segel setzen. Für klare und selbstbestimmte Entscheidungen ist dann genau das Richtige für Sie!

Dieses Coaching-Seminar bietet Ihnen eine umfassende und individuelle Unterstützung, die über rein berufliche Aspekte hinausgeht.

Folgende vier Themenschwerpunkte stehen im Zentrum des Seminars:

1

Selbst-Reflexion und Selbst-Bewusstsein

Ganzheitliches Business-Coaching unterstützt Sie dabei, sich selbst besser kennenzulernen, Ihre Stärken und Schwächen zu identifizieren und Ihr Selbst-Bewusstsein zu stärken. Dies führt zu einer effektiveren Selbst-Führung und Entscheidungsfindung.

2

Persönliches Wachstum

Ganzheitliches Business-Coaching trägt zum persönlichen Wachstum bei, denn Sie haben die Möglichkeit, an Ihren persönlichen Zielen und Herausforderungen zu arbeiten. Coaching fördert Kommunikation, Akzeptanz und Empathie. Diese Fähigkeiten sind entscheidend für Ihren Erfolg im Beruf und im zwischenmenschlichen Kontakt.



3

Stressbewältigung, Resilienz-Stärkung und Work-Life-Balance

Durch ein ganzheitliches Business-Coaching können Sie Techniken erlernen, um Stress abzubauen, Ihre Work-Life-Balance zu verbessern und insgesamt Ihr Wohlbefinden zu steigern. Dies wirkt sich positiv auf Ihre Leistung am Arbeitsplatz aus.

4

Konfliktprävention und Konfliktmanagement

Coaching bringt Klarheit und Bewusst-Sein. Coaching stärkt eine positive und klare Kommunikation zwischen Ihnen und Ihrem Gesprächspartner, was die Arbeitsatmosphäre verbessert und die Produktivität steigert. Durch das Coaching können Konflikte frühzeitig erkannt und gelöst werden, bevor sie sich zu größeren Problemen entwickeln. Zudem fördert ein gutes Beziehungsmanagement die Teamarbeit und stärkt das Vertrauen unter den Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen. Letztendlich trägt ein harmonisches Arbeitsumfeld dazu bei, dass Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen motiviert und engagiert bleiben, was sich positiv auf den Unternehmenserfolg auswirkt.



Segel setzen: Für klare und selbstbestimmte Entscheidungen

Ein selbstreflektiertes,
entspanntes Verhalten
bringt Ihnen Ruhe und
Leichtigkeit.

Erfahren Sie selbst, wie
Coaching Ihnen hilft,
die Segel neu zu setzen und
mit frischem Wind Richtung
Klarheit und Leichtigkeit
zu steuern.



Die Kernelemente der Boudewijn Vermeulen® Methode in meinen Coaching Seminaren

In den Coaching-Seminaren arbeiten wir nach der bewährten und wissenschaftlich fundierten Boudewijn Vermeulen® Methode, die Sie wieder in Kontakt mit sich selbst bringt und Selbst-Reflexion ermöglicht. Nehmen Sie sich die Zeit, um sich selbst und Ihre Themen zu reflektieren, sich zu entspannen und Lösungen für Ihre Herausforderungen zu finden.

Ich biete Ihnen dafür meine Expertise als zertifizierter Business Coach nach der Boudewijn Vermeulen® Methode sowie den Raum.



Warum Boudewijn Vermeulen®?

Meine Coaching-Seminare heben sich von üblichen Management- und Kommunikations- trainings ab. Sie werden keinen »Frontal- unterricht« erleben oder in Rollenspielen zum Beispiel Gesprächsführung oder Konfliktlösung trainieren. Die Boudewijn Vermeulen® Methode ist eine explorative Coaching-Methode. Gemeinsam initiieren wir einen persönlichen Entwicklungsprozess, der Ihnen mehr Freude, Gelassenheit, Leichtigkeit und persönlichen Erfolg im Leben bringt. Diese tiefgreifende Entwicklung stärkt Ihre Führungskompetenzen, verbessert Ihr Führungsverhalten und hilft Ihnen, Konflikte souverän zu meistern.



Die vier Elemente der Boudewijn Vermeulen® Methode

1

Vermeulen Analyse Modell® (VAM®)

Fast jedes Problem lässt sich auf ein Beziehungsproblem zurückführen. Kritische, spannungsgeladene, belastete Beziehungen und ungelöste Konflikte manifestieren sich in persönlichen Problemen, die Kraft kosten und Körper, Geist und Seele belasten. In der Analyse von kritischen Beziehungspartnern arbeiten wir mit dem Vermeulen Analyse Modell® – kurz VAM®. Unter Anleitung klären Sie eine belastete Beziehung. Sie erkennen die Vielschichtigkeit dieser kritischen Beziehung und reflektieren darin Ihre eigene Persönlichkeit. Dies ermöglicht es Ihnen, anders und meist positiv mit dieser Person

umzugehen. Aber auch andere Probleme und Konflikte in Ihrem Umfeld - sei es in der Familie, mit Kollegen und Geschäftspartnern – lösen oder entschärfen sich.

2

Spüribewusstsein steigern

Um sich selbst zu verstehen und zu reflektieren, ist ein bewusstes Körpergefühl notwendig. Sie sollten die Signale Ihres Körpers wahrnehmen und interpretieren können, da sie den direkten und effektivsten Zugang zu sich selbst bieten. Diese Fähigkeit ist in unserer rational ausgerichteten Gesellschaft bei vielen Menschen weitgehend verloren gegangen. Körper- und Entspannungsübungen helfen Ihnen dabei, nicht nur körperliche, sondern auch intellektuelle und emotionale Wahrnehmungslücken zu schließen. Die in den Coachingprozess



integrierte Körperarbeit führt zu bedeutenden Verbesserungen in der Effektivität, Effizienz und Schnelligkeit des Coachings. Wenn Ihr Körper neue Erfahrungen macht, entwickeln Sie ein neues Körperbewusstsein, wodurch Sie Ihre Probleme aus einer neuen Perspektive betrachten können.

3

Das Vermeulen Wunschprogramm

Erinnern Sie sich noch daran, wofür Sie einst angetreten sind? Was wollten Sie als Kind werden? Wovon haben Sie geträumt? Kinder haben die einzigartige Fähigkeit, sich alles zu wünschen, egal wie unrealistisch es erscheinen mag. Im Laufe unseres Lebens ersetzen wir jedoch oft Wünsche durch Ziele. Auch in Unternehmen werden Ziele formuliert, die häufig rational sind und uns emotional nicht berühren.

Doch im Leben brauchen wir beides: Wünsche und Ziele. Oftmals sind unsere wahren Wünsche tief in uns verborgen. Mit der Renaissance des Wünschens, einem Bestandteil der Boudewijn Vermeulen® Methode, kommen Sie wieder in Kontakt mit Ihren echten Wünschen. Es wird sie beflügeln!

4

Der ZweiKräfte®-Prozess

Boudewijn Vermeulen erkannte, dass in jedem von uns sowohl motivierende als auch blockierende Kräfte wirken. Dieses Zusammenspiel der Kräfte trägt dazu bei, Veränderungen zu bewirken oder Stagnation hervorzurufen. Mit Hilfe des ZweiKräfte®-Prozesses werden diese Kräfte bearbeitet – je größer das Bewusstsein über die wirkenden Kräfte ist, desto besser können Sie Dinge in Ihrem Leben verändern.



Ihr Coach Ute Lehmann

- Ich bin zertifizierter Business-Coach und arbeite u.a. nach der wissenschaftlich fundierten, ganzheitlichen Coaching-Methode nach Boudewijn Vermeulen®.
- Ich bin diplomierte Kauffrau mit umfangreicher Erfahrung in verschiedenen beruflichen Positionen, sowohl in Großkonzernen als auch in kleinen und mittelständischen Unternehmen.
- Seit über 25 Jahren arbeite ich aktiv, davon mehr als 12 Jahre als selbständige Beraterin für Unternehmer, Führungskräfte und Teams in verschiedenen Branchen. Meine Expertise liegt im Bereich des Management Consulting.
- Ich bin mit den aktuellen Themen der Mitarbeiterführung und den Herausforderungen unserer Zeit vertraut.



Ich verstehe die täglichen Herausforderungen, denen Führungskräfte, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Geschäftsalltag gegenüberstehen. Und ich spreche die Sprache des Business und der Menschen.

- Als zertifizierter Business-Coach stehe ich Ihnen auch für individuelles Einzelcoaching zur Verfügung.
- Durch die Förderung von Selbst-Wahrnehmung, Selbst-Bewusstsein und Selbst-Reflexion unterstütze ich meine Klienten dabei, Klarheit und Authentizität für geschäftliche und persönliche Entscheidungen zu erlangen.

Transformative Leadership Coaching

Alle Seminare der Reihe auf einen Blick

Die Coaching-Seminare helfen Ihnen, selbstbestimmte und nachhaltige Lösungsansätze für Ihre Herausforderungen zu finden, klare Entscheidungen zu treffen und nachhaltig Resilienz zu erlangen.

1

Segel setzen: Für klare und selbstbestimmte Entscheidungen

Bestehend aus den Elementen 1 bis 3 der Boudewijn Vermeulen® Methode
4 ½ Tage: Schwerpunkt VAM®



Segel setzen: Für klare und selbstbestimmte Entscheidungen

2

Segel setzen: Der Navigator bin ich

Bestehend aus den Elementen 2 bis 4 der
Boudewijn Vermeulen® Methode

3 ½ Tage: Schwerpunkt Zwei | Kräfte®

3

Transformative Leadership Coaching

Bestehend aus den Elementen 1 bis 4 der
Boudewijn Vermeulen® Methode

8 Tage: VAM® + Zwei | Kräfte®

4

Spezielle Frauen-Coaching-Seminare

für alle drei Seminare möglich.

Ich möchte darauf hinweisen, das ich überwiegend das generische
Maskulinum verwende. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten selbstverständlich
gleichermaßen für alle Geschlechter.



Ute Lehmann

Business-Coach & Management-Consultant

Fasanerieweg 2

82541 Münsing

+49 (0) 151 41838310

ute@lehmann-cc.de

lehmann-cc.de

© Boudewijn Vermeulen, Dr. Eva Kinast

Boudewijn Vermeulen®, Vermeulen Analyse Modell®, VAM®, Sieben|Briefe®, Zwei|Kräfte® und 10|10® sind registrierte deutsche Marken von Dr. Eva Kinast®; www.dr-eva-kinast.de
Lizenznehmerin Ute Lehmann; www.lehmann-cc.de

Ich möchte darauf hinweisen, das ich überwiegend das generische Maskulinum verwende. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten selbstverständlich gleichermaßen für alle Geschlechter.

