

MiA

MiA MINDS IN ACTION



ELLEN FLIES

Inhaberin
Minds in Action

» **Werden Sie Emotionsexperte!**
*Lernen Sie, die vitalisierende Kraft
Ihrer Emotionen für Ihre Ziele und
Ihre Gesundheit zu nutzen! !!*

EMBODIMENT IN LEADERSHIP & CORPORATE HEALTH

Mit MiA Unternehmenskultur gestalten

MiA stellt einen Schlüssel zur Verfügung, der die nachhaltige Umsetzung moderner Leadership Skills möglich macht. Gleichzeitig setzt MiA auf ein umfassendes Verständnis von Gesundheit, wonach unser Körper als intelligente Ressource aufgefasst wird.

MiA ist als Experte und Partner rund um die Themen Führung und Gesundheit für Sie da.

MiA holt Sie punktgenau genau da ab, wo Sie stehen. Die systematische Arbeit mit Emotionen bringt ein neues Licht in Problemsituationen und ermöglicht sowohl kreative als auch gesundheitsfördernde Lösungen.

MiA ist authentisch und arbeitet mit ausgewählten, wissenschaftlich fundierten Methoden.

Ihr Nutzen

- Sie finden mehr Klarheit – auch in herausfordernden und problematischen Situationen
- Sie erweitern das Repertoire Ihrer persönlichen Leadership Skills
- Sie stärken dabei gleichzeitig Ihre eigene Gesundheit
- Sie entwickeln Ihre Empathie und Beziehungsfähigkeit



em·bodi·ment [ɪm'bodɪmənt]

Wörtliche Bedeutung: Verkörperung, Inkarnation oder Verleiblichung

Embodiment ist eine These aus der neueren Kognitionswissenschaft, nach der Bewusstsein einen Körper benötigt, also eine physikalische Interaktion voraussetzt.

EMBODIMENT

Embodiment bringt ganz neue Bewegung ins Spiel

Embodiment ist eine moderne Richtung innerhalb der Kognitionswissenschaft, die besagt, dass wir über unseren Körper Einfluss nehmen können auf unser Fühlen, Denken und Handeln.

Die zugrunde liegende These der „embodied cognition“, wonach kluge Ideen einen Körper brauchen, sieht MiA als Chance, den Körper bewusst als Ressource in die Arbeit zu integrieren. Aus der Überzeugung, dass Reden allein nicht ausreicht, ergeben sich wichtige Impulse für Führung und Gesundheit.

Gute und nachhaltige Konzepte brauchen den Körper, brauchen Bewegung und Aktion. Körper und Emotionen bilden eine untrennbare Einheit. Um das eine zu entwickeln, muss ich das andere kultivieren.

MiA nutzt die ganzheitlichen Erkenntnisse der Embodimentforschung, wonach emotionale Botschaften zunächst über den Körper vermittelt werden.

Ihr Nutzen

- Sie lernen Ihren Körper als Ressource wahrzunehmen
- Sie kultivieren Ihre intuitiven Fähigkeiten
- Sie entwickeln differenzierte Bewusstheit über Ihre Emotionen
- Sie kommen in Bewegung und fördern Ihre Kreativität



lead·er·ship ['li:dəʃɪp]

Wörtliche Bedeutung: Führung

Jemanden zu führen bedeutet eine klare Vision zu haben, diese motivierend zu vermitteln sowie Wissen und Methoden zur Realisierung bereit zu stellen.

LEADERSHIP

Embodiment: der zielgenaue Wurf für Ihre Führungsstrategie

Führung geschieht heute in Teams. Zwischenmenschliche Beziehungen und Beziehungsfähigkeit sind deshalb wichtiger denn je.

Über die Qualität der Beziehungen nehmen Führungskräfte direkten Einfluss auf den Gesundheitszustand ihrer Mitarbeiter. Wir brauchen keine Führungskräfte, die in der Theorie etwas über Führung wissen, sondern solche, die die Kompetenz zu führen wirklich verkörpern und durch ihr Sein Vorbild für Andere sind.

Embodied Leadership Programme sind ein wesentlicher Beitrag zum Gelingen transformationaler Führung in der Arbeitswelt 4.0. Als Experte rund um die Themen Führung und Gesundheit bietet MiA Ihnen ein strukturiertes Vorgehen für konkrete Führungssituationen.

Mit der Embodiment Perspektive setzt MiA auch auf körperliche Erfahrung statt einseitig auf rationale Analyse.

Ihr Nutzen

- Sie werden in Ihrem Führungsalltag genau dort abgeholt, wo Sie stehen
- Sie erfassen und validieren Ihren persönlichen Führungsstil
- Sie erweitern Ihre vorhandenen Führungsskills in Richtung mehr Zielgenauigkeit und Flexibilität
- Sie lernen Emotionen als hocheffiziente Instrumente für Ihre Führung zu nutzen



cor·po·rate health ['kɔ:pəɾət helθ]

Wörtliche Bedeutung: Unternehmens-
gesundheit

Corporate Health ist Gegenstand des Betrieb-
lichen Gesundheitsmanagement (BGM). Arbeit,
Organisation und Verhalten am Arbeitsplatz sollen
gesundheitsförderlich gestaltet werden, so dass
Beschäftigte und Unternehmen profitieren.

CORPORATE HEALTH

Embodiment als Ressource für die Gesundheit Ihres Unternehmens

Gesundheit und Wohlbefinden der Führungskräfte und Mitarbeiter entscheiden über den Erfolg Ihres Unternehmens. MiA bietet auf der Basis langjähriger Erfahrung und akademischer Expertise strategisches Coaching mit Embodiment als Gruppenprogramm in drei Modulen für Ihre Führungskräfte.

Die Arbeitsweise ist neurowissenschaftlich fundiert und zeigt nachweisliche Effekte auf Wohlbefinden und mentale Hygiene.

Eine erste Untersuchung zur Validierung des Gruppenprogramms hat MiA in einer eigenen Bonner Studie empirisch durchgeführt. Die signifikanten Ergebnisse durften wir auf dem Weltkongress-CBT im Juni 2016 in Melbourne vorstellen.

Ihr Nutzen innerhalb Ihres Unternehmens

- Ihre Führungskräfte erleben ein strukturiertes, handlungsorientiertes Coaching
- Ihre Führungskräfte reduzieren ihr Stresserleben
- Ihre Führungskräfte optimieren ihre emotionale Klarheit
- Ihre Führungskräfte entwickeln Empathie und Teamfähigkeit

MIA BIETET

Seminare, Coachings, Vorträge

Die Arbeit mit Embodiment baut auf Erleben, Emotion und Effektivität. Wir wissen heute: Reden reicht nicht.

So sind sämtliche MiA-Angebote – ob Seminare, Coachings oder Vorträge – emotionsaktivierend und erlebnisorientiert. Denn Schwimmen lernt man bekanntlich nur im Wasser!

Ihr Nutzen

- Sie lernen die Säulen von MiA in einem Mix aus Vortrag und Anwendung kennen
- Sie erleben Embodiment am eigenen Leib
- Sie arbeiten mit konkreten Fallbeispielen aus der Praxis
- Sie entwickeln eine motivierende Werthaltung für Ihren Führungsalltag

MiA bietet für interessierte Führungskräfte ein zertifiziertes Weiterbildungsprogramm mit drei aufeinander aufbauenden Modulen im hoehnerhaus Oberwinter oder an einem Seminarort in Ihrer Nähe an.

Embodiment 1:

Emotionen aktivieren – Bilder, Körper und Werthaltung für Ihre Führung

Embodiment 2:

Emotionen differenzieren in kritischen Führungssituationen

Embodiment 3:

Emotionen gezielt nutzen für Ihre Führung: Handeln und Verändern



Minds in Action

Rittershausstraße 1
53113 Bonn

Tel. 0228 280799-99

info@minds-in-action.de

www.minds-in-action.de

MiA MINDS IN ACTION

