



Hazelnut  
eAcademy

Learning in a nutshell

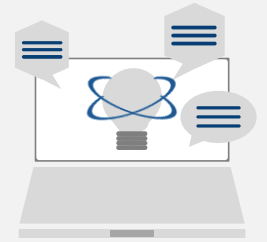


## Das Angebot der Hazelnut eAcademy

Learning in a nutshell

## Inhaltsübersicht - Themengebiete

Das Themenspektrum der Hazelnut eAcademy deckt die relevanten und aktuellen wirtschaftspsychologischen Themenfelder ab. Die Hazelnut eLearning-Plattform umfasst zurzeit Kurse aus den folgenden Themengebieten:



## Gesundheitsmanagement & Gesundheit

## Interaktion & Kommunikation

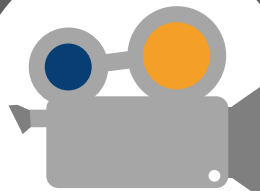
## Organisationsentwicklung und Change Management

## Führung

Wir erweitern stetig unsere Inhalte, um neue und aktuelle Themen aufzunehmen.



Auf Wunsch können wir auch gerne individuelle Inhalte für Sie erstellen und über die Plattform bereitstellen, beispielsweise unternehmensspezifische Weiterbildungen oder Kurse zum Onboarding von neuen Mitarbeitenden.



## Inhaltsübersicht

### Gesundheitsmanagement & Gesundheit

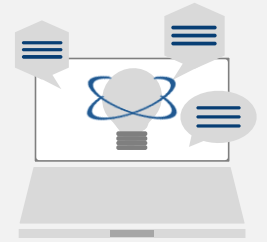
Das Angebot der Hazelnut eAcademy umfasst zurzeit die folgenden Kurse zum Themenfeld Gesundheitsmanagement und Gesundheit:

- Grundlagen des Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Systemische Beratungskompetenz für GesundheitsmanagerInnen
- Resilienz – Die innere Widerstandskraft
- Gesunder Umgang mit Stress und Belastung am Arbeitsplatz
- Psychische Erkrankungen
- Gesundheit in Zeiten der Pandemie erhalten

Interaktion & Kommunikation

Organisationsentwicklung und Change Management

Führung



Unsere eLearning-Plattform bietet eine zeitlich und örtlich flexible Möglichkeit der Weiterbildung. Nach Buchung eines eLearnings erhält jeder Teilnehmende individuelle Zugangsdaten zu unserer Plattform und kann anschließend selbstständig seine Lerngeschwindigkeit wählen.



## Inhaltsübersicht

Gesundheitsmanagement & Gesundheit

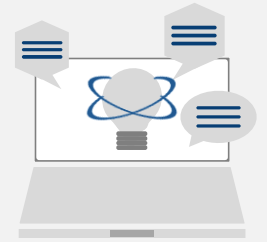
### Interaktion & Kommunikation

Das Angebot der Hazelnut eAcademy umfasst zurzeit die folgenden Kurse zu den Themenfeldern Interaktion und Kommunikation:

- Körpersprache verstehen und richtig einsetzen
- Mikropolitische Fähigkeiten am Arbeitsplatz
- Die dunkle Triade – Destruktive Persönlichkeiten in Unternehmen

Organisationsentwicklung und Change Management

Führung



Unsere eLearning-Plattform bietet eine zeitlich und örtlich flexible Möglichkeit der Weiterbildung. Nach Buchung eines eLearnings erhält jeder Teilnehmende individuelle Zugangsdaten zu unserer Plattform und kann anschließend selbstständig seine Lerngeschwindigkeit wählen.



## Inhaltsübersicht

Die Hazelnut eLearning-Plattform umfasst zurzeit die folgenden Kurse:

Gesundheitsmanagement & Gesundheit

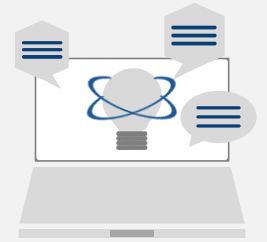
Interaktion & Kommunikation

## Organisationsentwicklung und Change Management

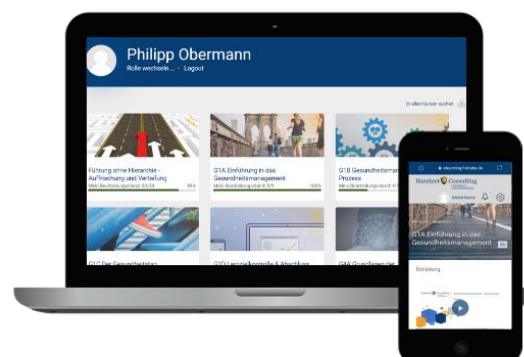
Das Angebot der Hazelnut eAcademy umfasst zurzeit die folgenden Kurse zu den Themenfeldern Organisationsentwicklung und Change Management:

- Wertorientierte Unternehmenskultur
- Systemische Beratungskompetenz in Veränderungen

Führung



Unsere eLearning-Plattform bietet eine zeitlich und örtlich flexible Möglichkeit der Weiterbildung. Nach Buchung eines eLearnings erhält jeder Teilnehmende individuelle Zugangsdaten zu unserer Plattform und kann anschließend selbstständig seine Lerngeschwindigkeit wählen.



## Inhaltsübersicht

Die Hazelnut eLearning-Plattform umfasst zurzeit die folgenden Kurse:

Gesundheitsmanagement & Gesundheit

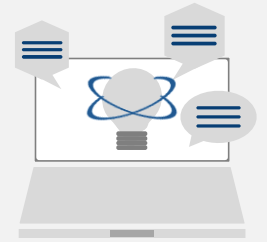
Interaktion & Kommunikation

Organisationsentwicklung und Change Management

## Führung

Das Angebot der Hazelnut eAcademy umfasst zurzeit die folgenden Kurse zu dem Themenfelder Führung:

- Laterale Führung – Führung ohne Hierarchie
- Führung auf Distanz
- Gesunde Führung in der Pandemie
- Burnout-Prävention für Führungskräfte
- Bewerbungsgespräche professionell führen
- Kündigungsgespräche professionell führen



Unsere eLearning-Plattform bietet eine zeitlich und örtlich flexible Möglichkeit der Weiterbildung. Nach Buchung eines eLearnings erhält jeder Teilnehmende individuelle Zugangsdaten zu unserer Plattform und kann anschließend selbstständig seine Lerngeschwindigkeit wählen.



## Grundlagen des Betriebliches Gesundheitsmanagement

"Die Gesundheit ist zwar nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts." (Arthur Schopenhauer)

Die Gesundheit von Mitarbeitenden rückt immer stärker in den Fokus der betrieblichen Betrachtung und übt erheblichen Einfluss auf die Mitarbeiterzufriedenheit aus. Es gilt die Gesundheit nicht nur zu erhalten, sondern aktiv zu fördern. Nur ein systematisches Vorgehen verspricht Erfolg, welches die individuellen Gegebenheiten der Organisation berücksichtigt und Handlungsfelder fundiert analysiert. Gesunde Mitarbeiter sind die Grundlage für eine gesunde Unternehmung. Aus Unternehmenssicht muss stetig an der Erhaltung gesundheitsfördernder Maßnahmen gearbeitet werden.

### Inhalt (Auszug)

- Eine Einführung in das Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)
- Relevanz und Nutzen eines betrieblichen Gesundheitsmanagements
- Der BGM-Prozess, Bestandteile, Instrumente und Prozessschritte
- Analysen im Gesundheitsmanagement
- Ableitung und Entwicklung von Maßnahmen
- Kommunikationsstrategie & -kanäle
- Exkurs: Der Gesundheitstag



### Lernziele

Die Teilnehmenden erhalten einen Überblick über Strukturen, Prozesse und Instrumente eines systematischen und zielorientierten betrieblichen Gesundheitsmanagements.

Die Teilnehmer lernen...

... die Bestandteile von der Analyse über die Maßnahmenentwicklung hin zur Evaluation kennen.

..., was ein systematisches, zielgerichtetes und fundiertes Gesundheitsmanagement auszeichnet.

..., wie sie dies im Unternehmen umsetzen können.

... Instrumente, Strategien und Vorgehensweisen kennen, um dem Ziel einer gesunden Organisation zu begegnen.

**Umfang** 8 Stunden

**5** Live-Videos



**11** Animationsvideos



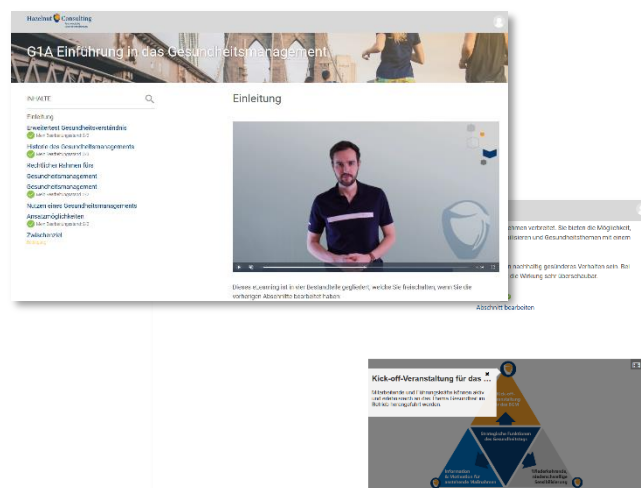
**23** Interaktive Elemente



**7** Übungsblätter



**Preis** 190,00 € netto pro Nutzer



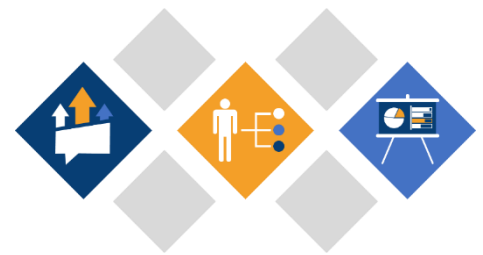
## Systemische Beratungskompetenz für GesundheitsmanagerInnen

Während in Organisationen das Bewusstsein für die Relevanz von Gesundheitsförderung wächst, steigen die Anforderungen an damit beauftragte Personen und deren Beratungsleistung. Dabei wird von diesen eine immer umfassendere, proaktive Beratung erwartet, die kundenorientiert alle Erwartungen und Sichtweisen abdeckt: Mitarbeitende, Organisation, Führungskraft, Kollegen, usw.

Während wir in unserer Gesellschaft bei Problemen oder Fragen häufig allzu schnell zu Lösungsvorschlägen springen, ohne Gründe, Auslöser oder auch relevante Wechselwirkungen genauer zu beleuchten, wird im Rahmen der Veranstaltung ein gezielter Blick auf die Erforschung genau dieser Punkte gelegt.

### Inhalt (Auszug)

- Grundlagen der Beratungskompetenz
- Der systemische Beratungsansatz und systemische Analysemethoden
- Instrumente & Fragetechniken des systemischen Ansatzes
- Vorteile & Mehrwerte der Beratungsleistungen überzeugend herausstellen
- Das GROW-Modell
- Interventionsmethoden



### Lernziele

Die Teilnehmenden reflektieren ihre eigene Beratungsleistung und bauen ihre Kompetenzen durch verschiedene ziel- und lösungsorientierte Techniken und Methoden weiter aus.

Der Fokus der Veranstaltung liegt auf einer umfassenden und fundierten Herangehensweise der Beratung.

**Umfang** 4 Stunden

4 Live-Videos



4 Animationsvideos



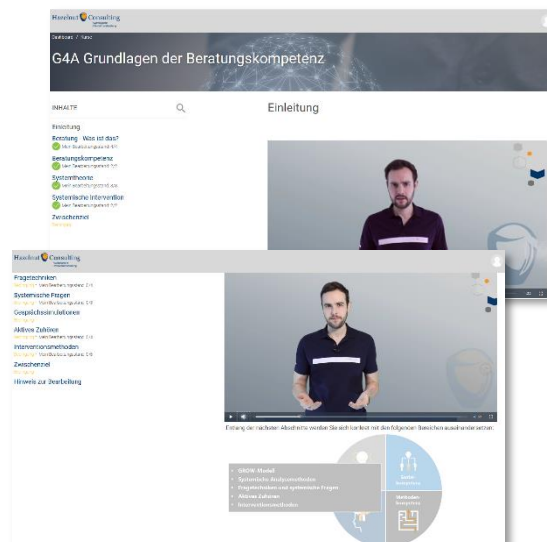
25 Interaktive Elemente



8 Übungsblätter



**Preis** 149,00 € netto pro Nutzer





# Resilienz

## Die innere Widerstandskraft

Ob Krisen als Chancen gewertet werden, hängt stark von der Person an sich ab – von der Fähigkeit Krisen, Extremsituationen und hohe Belastungen zu überstehen und im Idealfall sogar daran zu wachsen... der Kunst auch im Unglück etwas Positives zu sehen... „Resilienz“.

Resiliente Menschen meistern Herausforderungen besser, sind überzeugender und vermeiden schadhafte Umgang mit Stressoren. Sie behalten äußere Einflüsse in Balance, da sie innerlich ausgeglichen und gefestigt sind. Die Teilnehmer lernen:

### Inhalt (Auszug)

- Begriffsentstehung, Bedeutung und Historie
- Die sieben Schlüssel der Resilienz
- Einführung in die Salutogenese und Pathogenese
- Zusammenhang von Resilienz, Stress und Stressbewältigung
- Studienergebnisse zum Thema Resilienz
- Förderung der individuellen Resilienz im Alltag



### Lernziele

Die Teilnehmer lernen:

- Einen besseren Umgang mit herausfordernden und stressigen Situationen
- Training der inneren Haltung, Reduzierung der Vulnerabilität
- Trotz hoher Anforderungen gelassen zu bleiben und komplexe Arbeitsbedingungen kraftvoll zu meistern
- Aus Widrigkeiten einen persönlichen Nutzen zu ziehen sowie eigene Ressourcen noch besser zu nutzen
- Im Anschluss werden Sie Rückschläge souveräner bewältigen können..

**Umfang** 4 Stunden

**4** Live-Videos



**3** Animationsvideos



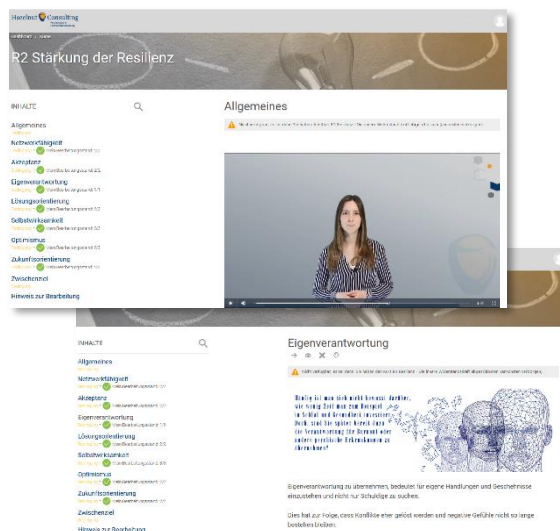
**8** Interaktive Elemente



**12** Übungsblätter



**Preis** 149,00 € netto pro Nutzer



# Gesunder Umgang mit Stress und Belastung am Arbeitsplatz

## Stressmanagement

Menschen sind im Berufsleben mittlerweile einer Vielzahl von Stressoren ausgesetzt: konstant hohe Anforderungen und Ansprüche, eine zunehmende Flexibilisierung oder auch fließende Grenzen zwischen Berufs- und Privatleben sind nur einige Belastungen, die im modernen Arbeitsalltag Stressreaktionen hervorrufen sowie langfristig auch die Gesundheit schädigen können.

### Inhalt (Auszug)

- Einführung in die Begrifflichkeiten Stress und Stressmanagement
- Modelle der Stressentstehung
- Instrumentelles Stressmanagement
- Ursachen, Frühwarnsignale & Erkennungsmerkmale
- Mentale regenerative Stresskompetenz
- Verschiedene Organisationstechniken (z.B. Pareto-, Eisenhower-Prinzip, ABC-Analyse,...)
- Individuelle Möglichkeiten der Stressbewältigung und des Stressabbaus
- Burnout-Prävention und Erholung, Life-Domain-Balance



### Lernziele

Wir erleben nahezu jeden Tag eine Fülle an Herausforderungen, sowohl beruflich als auch privat. Die Entwicklung der steigenden Belastungen zeigt sich auch in den immer weiter steigenden Zahlen der psychischen Erkrankungen in Deutschland. Jedoch ist Stress nicht grundsätzlich negativ zu bewerten, sondern stellt eine natürliche Reaktion des Körpers dar und kann in Maßen sogar positive Effekte erzielen. Um diese zu nutzen, gleichzeitig aber langfristig sowohl gesund als auch leistungsfähig zu bleiben, gilt es seine eigenen Stressreaktionen nicht nur zu verstehen, sondern angemessen damit umgehen zu können.

**Umfang** 8 Stunden

**9** Live-Videos



**7** Animationsvideos



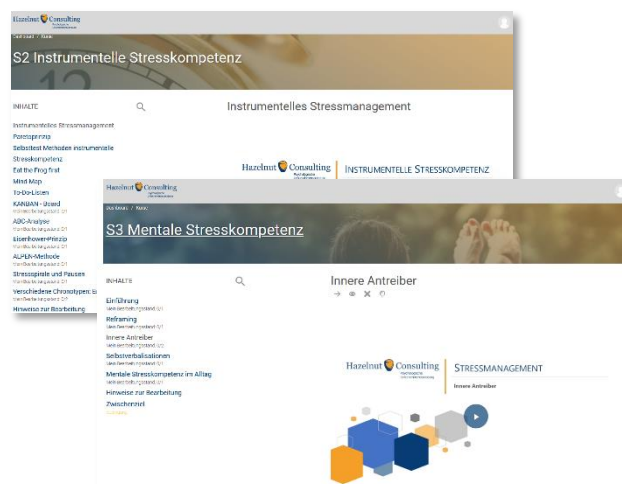
**15** Interaktive Elemente



**11** Übungsblätter



**Preis** 165,00 € netto pro Nutzer



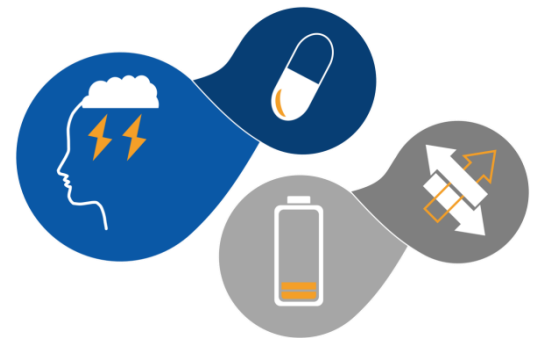
# Psychische Erkrankungen am Arbeitsplatz

## Umgang mit psychischen Krankheitsbildern

Die Anzahl von psychischen Erkrankungen steigt seit vielen Jahren massiv an und hat sich in den letzten zwanzig Jahren nahezu verdoppelt. Psychische Erkrankungen haben von allen Diagnosegruppen die längsten Ausfallzeiten, mit einer steigenden Tendenz. Die menschliche Psyche und Unversehrtheit ist ein hohes Gut, welches es zu schützen gilt. Für Unternehmungen ergeben sich aus psychischen Erkrankungen der Belegschaft zusätzlich horrend Probleme u.a. in der Mehrbelastung anderer Mitarbeitender, allgemein erschwerten Kapazitätsplanung und im schlechtesten Fall auch die Neubesetzung guter Mitarbeiter. Umso relevanter wird die Erlangung von Kenntnissen zu dieser weitreichenden Thematik, um einen richtigen und zielgerichteten Umgang mit diesen zu ermöglichen.

### Inhalt (Auszug)

- Arten und Entwicklungen psychischer Störungen
- Abgrenzung der häufigsten Störungsbilder im Arbeitsalltag
- Umfangreiche Einzelsektionen: Depression, Burnout, Angststörungen, Sucht und Abhängigkeiten, Alkoholismus und Persönlichkeitsstörungen
- Folgen und Kosten von psychischen Störungen für Organisationen
- Umgang mit verschiedenen Störungsbildern



### Lernziele

Hat ein Mitarbeiter ein psychisches Problem, so stellt dies Vorgesetzte und Kollegen vor eine enorme Herausforderung. Oft zeichnet sich schon lange vor Bekanntwerden der Krankheit ab, dass der Mitarbeiter Schwierigkeiten bei der Bewältigung seiner Arbeit und im Umgang mit Kollegen hat. Diese Beobachtungen werden oft begleitet von auffälligen Veränderungen der Stimmungslage. In diesem eLearning werden den Teilnehmenden daher die häufigsten psychischen Störungsbilder im Arbeitskontext sowie deren Entstehung und Merkmale nähergebracht. Die Teilnehmer werden in die Lage versetzt, die jeweilige Störung frühzeitig zu erkennen, Verhaltensveränderungen einen angemessenen Wert beizumessen und angemessen zu intervenieren und unterstützen.

**Umfang** 6 Stunden

**13** Live-Videos



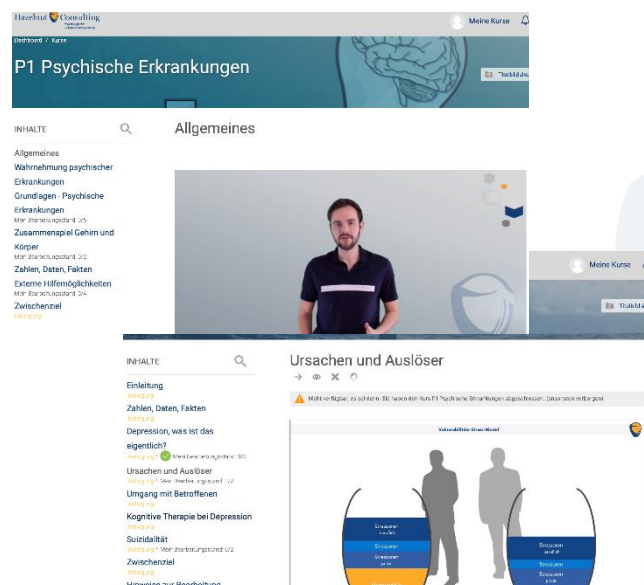
**4** Animationsvideos



**15** Interaktive Elemente



**Preis** 159,00 € netto pro Nutzer



## Gesundheit in Zeiten der Pandemie erhalten

### The new normal: Wie auch in Zeiten von Corona die Gesundheit erhalten bleibt

Die Themen Stressmanagement, Resilienz und Erhaltung der Mitarbeitergesundheit waren immer allgegenwärtig und genießen zu Recht einen hohen Stellenwert. Die Pandemie lenkt aber den Blick noch einmal stärker auf die Bedeutung, eine gesunde und leistungsfähige Organisation zu haben. Ohne große Vorbereitung befindet sich nun ein Großteil der Arbeitnehmer in einem geänderten Arbeitsalltag oder einer vollkommen neuen Büroumgebung, welche bislang eher den Rückzugsort im Feierabend darstellte. Zwar gibt es auch einige Proargumente für flexible Arbeitsmodelle und Homeoffice, die Situation wird aber zurecht als neuartig und herausfordernd bezeichnet. Die Unternehmung als Gesamtheit ist in der Verantwortung, die Belegschaft abzuholen und diesen Pfad gemeinsam mit den Mitarbeitern, möglichst wohlbehalten, zu beschreiten.

#### Inhalt (Auszug)

- Bestandsaufnahme aktueller Einflüsse
- Stress als Hauptursache
- Ansatzmöglichkeiten für Unternehmen
- Tipps für die Gestaltung von flexiblen Arbeitsmodellen und Homeoffice
- Stressprävention für die Arbeit im Homeoffice
- Ideensammlung zur digitalen Interaktivität



#### Lernziele

Die Teilnehmenden bekommen Einblick in den längerfristigen Wandel des Arbeitsumfeldes im volatilen Kontext der Corona Krise. Sie erkennen die Kehrseite vom Homeoffice und damit verbunden die Notwendigkeit der Begrenzungen von flexiblen Arbeitsmodellen. In diesem Zuge wird der Entwicklungsdruck zu moderner Methodik und Interaktion mithilfe konkreter Beispiele vermittelt. Wir thematisieren, was wichtig wird, um eine Organisation mit Stärke und Gesundheit durch externe Schocks und Krisen zu führen. Wir zeigen praktische Ansatz- und Handlungsmöglichkeiten auf um neue Wege der digitale Interaktion einzuschlagen.

**Umfang** 45 Minuten

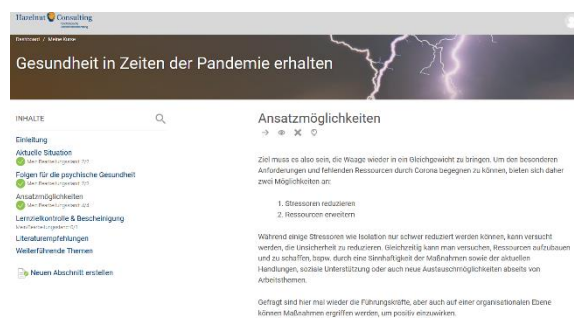
**8** Live-Videos



**1** Animationsvideos



**6** Interaktive Elemente



**Preis** Kostenloser elearning-Impuls

# Gezielter Einsatz von Körpersprache

## Körpersprache verstehen und richtig einsetzen

Kommunikation ist viel mehr als das gesprochene Wort. Während Menschen aber meist versuchen ihre Worte weise zu wählen, wird der Körpersprache häufig weniger Beachtung zugesprochen. Dabei ist die Relevanz für die Interaktion nicht weniger bedeutsam. Gesprochenes und Körpersprache wirken stets gemeinsam, teils stimmig und passend, teilweise auch ungewollt gegensätzlich. Obwohl der Einsatz von Körpersprache meist unbewusst abläuft, verrät sie vielfach mehr als die genutzten Worte. Ein grundlegendes Verständnis von Körpersprache ist daher relevant, um die Gestik, Mimik und Haltung des Gegenübers angemessen zu interpretieren oder auch die eigene nonverbale Kommunikation wirkungsvoll einzusetzen.

### Inhalt (Auszug)

- Grundlagen der Körpersprache und ihre Bestandteile – Mimik, Gestik und Körperhaltung
- Bedeutung und Grenzen von Körpersprache in der täglichen Interaktion
- Wirkung von Körpersprache auf andere
- Interkulturelle Unterschiede
- Distanzzonen
- Gezielter Einsatz von Körpersprache im Alltag



### Lernziele

Die Teilnehmenden beleuchten kritisch die Bedeutung sowie Wirkung von Körpersprache für die Kommunikation und lernen Grenzen der Wirksamkeit kennen. Sie übertragen die Erkenntnisse auf den eigenen Alltag und können das Gelernte praktisch erproben.

**Umfang** 4,5 Stunden

**5** Live-Videos



**3** Animationsvideos



**13** Interaktive Elemente



**Preis** 149,00 € netto pro Nutzer

# Mikropolitische Fähigkeiten am Arbeitsplatz

## Die Organisation als modernes Kolosseum?

Zugegebenermaßen eine leicht dramatisierte Darstellung, jedoch ähneln Entschlüsse und Entscheidungen in Organisationen auch tatsächlich heftigen Kämpfen in Arenen. Heimliche Mauseheien und wechselnde Spieler, Strategien, Regeln und Positionen. Viele Akteure versuchen noch mehr und teils gegensätzliche Interessen oder Unternehmensinteressen durchzusetzen. Um diese Kämpfe allerdings erfolgreich zu führen und auf dieser Ebene gerüstet zu sein, benötigt man entsprechende Kompetenzen.

### Inhalt (Auszug)

Neben einem generellen Verständnis werden auch die Fähigkeiten zur Wahrnehmung von Taktiken und Strategien vermittelt. Außerdem die notwendigen Fertigkeiten, selbst Einfluss auszuüben und eigene Ziele zu erreichen:

- Grundlagen der Mikropolitik
- Mikropolitische Strategien - Arten, Nutzen und Einflussfaktoren
- Mikropolitisches Bewusstsein und mikropolitische Kompetenzen
- Training individueller mikropolitischer Kompetenzen



### Lernziele

Die Teilnehmer werden...

- ... für die Bedeutung und das Auftreten mikropolitischen Handelns sensibilisiert,
- ... reflektieren ihre persönlichen Kompetenzen und
- ... lernen Möglichkeiten kennen, diese Fähigkeiten zu trainieren.

**Umfang** 3 Stunden

3 Live-Videos



3 Animationsvideos



4 Interaktive Elemente



4 Übungsblätter



**Preis** 69,00 € netto pro Nutzer



## Die dunkle Triade

### Destruktive Persönlichkeiten in Unternehmen

Die dunkle Triade beschreibt die drei großen zerstörerischen Persönlichkeitsformen: Narzissmus, Psychopathie und Machiavellismus. Von außen und aus Entfernung betrachtet handelt es sich hierbei generell um destruktive Charakterzüge, das liegt vor allem aber am fehlenden Verständnis. Um mit diesen Persönlichkeitsarten erfolgreich in Interaktion zu treten und diese zielführend zu steuern, müssen wir die Merkmale und Muster sowie Antreiber bis hin zu präferierten Umgangsformen verstehen.

#### Inhalt (Auszug)

- Bestandteile der dunklen Triade
- Narzissmus – Dysfunktionale Bereiche, die helle Seite und Kriterien
- Psychopathie – Grundlagen, Auswirkungen und Auftreten
- Machiavellismus – Verhaltensweisen und Abgrenzung
- Interventionsmöglichkeiten im Umgang mit destruktiven Persönlichkeitsstrukturen (Als Organisation und als Führungskraft)



#### Lernziele

Als Führungskraft oder aber Kollege, Freund, Lebenspartner: Mit einem Narzissten, Machiavellisten oder Psychopathen zu interagieren kann stark herausfordern, eventuell sogar als unmöglich empfunden werden. Dieses eLearning vermittelt ein Verständnis für...

... die Charakterzüge der dunklen Triade sowie Wertschätzung für dessen positiven Seiten

... die Umgangsformen und Antreiber dieser Persönlichkeiten und können Sie gezielt einsetzen

... Präventions- und Interventionsmöglichkeiten für destruktive Persönlichkeiten

**Umfang** 1,5 Stunden

5 Live-Videos



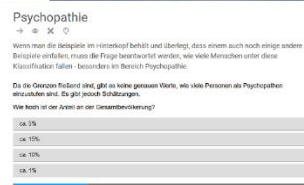
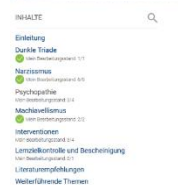
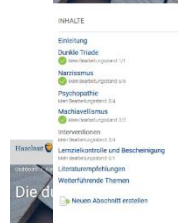
2 Animationsvideos



7 Interaktive Elemente



1 Übungsblatt



**Preis** 49,00 € netto pro Nutzer

# Wertorientierte Unternehmenskultur

## Aktive Gestaltung und nachhaltige Verankerung

Folgt man Hofstede ist Kultur für das Kollektiv, was Persönlichkeit für den Einzelnen ist. Auch wenn diese Aussage das Wesen von Kultur beschreibt, bleibt sie dennoch schwer greifbar. Metaphorisch, wenn auch leicht plakativ, lässt sich die Unternehmenskultur am ehesten als die DNA einer Organisation beschreiben. Nur schwer ersichtlich und dennoch bei genauer Betrachtung überall auffindbar. Es gibt generell keine perfekte Unternehmenskultur. Daher ist es entscheidend, eine passende Kultur zu entwickeln, auszubauen und zu manifestieren, da sich hieraus eine Reihe positiver Faktoren wie bspw. Mitarbeiterzusammenhalt sowie hohe Mitarbeiterbindung ergeben. In diesem eLearning erfahren Sie was eine Unternehmenskultur ist, wie diese im Unternehmensalltag zum Ausdruck kommt und wie sie verändert werden kann.

### Inhalt (Auszug)

- Grundlagen der Unternehmenskultur
- Werte als Fundament der Unternehmenskultur
- Organisationsentwicklung in Form von Kulturentwicklung
- Agile Methoden zur Kulturentwicklung
- Die eigene Unternehmenskultur gestalten und verankern



### Lernziele

Die Teilnehmer...

- ... bekommen die Relevanz der Unternehmenskultur vermittelt
- ... lernen Einflussfaktoren sowie Bestandteile und Facetten einer Unternehmenskultur kennen
- ... werfen einen Blick auf die eigene Unternehmung
- ... lernen Ansätze zur nachhaltigen Gestaltung bzw. Veränderung der Unternehmenskultur kennen

**Umfang** 3 Stunden

7 Live-Videos



3 Animationsvideos



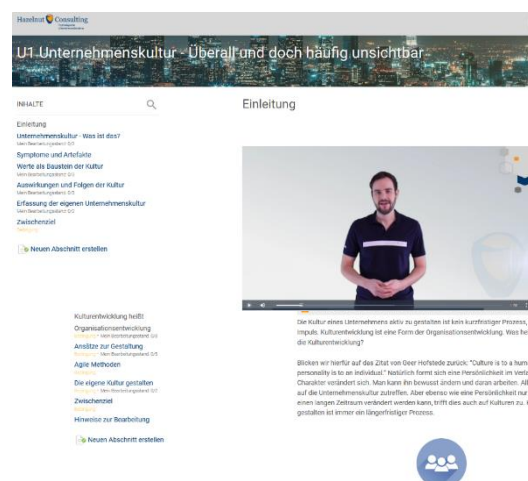
11 Interaktive Elemente



4 Übungsblätter



**Preis** 120,00 € netto pro Nutzer





# Systemische Beratungskompetenz in Veränderungen

## Grundsätze der Beratung sowie Coachinginstrumente im Change

Während in Organisationen das Bewusstsein für Agilität und Anpassungsfähigkeit wächst, steigen die Anforderungen an damit beauftragte Personen und deren Beratungsleistung. Dabei wird von diesen eine immer umfassendere proaktive Beratung erwartet, die alle Annahmen und Sichtweisen abdeckt sowie Verständnis formt: Mitarbeiter, Organisation, Führungskraft, Kollegen. Ein Wandel kann umso nachhaltiger und effizienter vollzogen werden, desto mehr Leute sich diesem Wandel verschreiben und ihn unterstützen. Je nach Bezugsgruppe ist ein unterschiedliches Maß an Überzeugungsfähigkeit - allerdings auch Empathie - notwendig um eine gemeinsame Bewegung zu erzeugen.

### Inhalt (Auszug)

- Zwischen Selbstverständnis und Erwartungen
- Systemtheorie und der systemische Beratungsansatz
- Instrumente & Fragetechniken des systemischen Ansatzes
- Systemische Fragetechniken und aktives Zuhören
- Das GROW- und ABC-Modell
- Interventionsmethoden



### Lernziele

Die Teilnehmenden lernen...

... die Relevanz der systemischen Beratung im Wandel zu erkennen

... Fragetechniken und Interventionsmöglichkeiten variabel und zielgerichtet zu nutzen

... das GROW- und ABC-Modell und dessen Aussagen für die Praxis kennen

... Ansätze zur nachhaltigen Gestaltung bzw. Veränderung der Unternehmenskultur kennen

**Umfang** 4 Stunden

**7** Live-Videos



**3** Animationsvideos



**23** Interaktive Elemente



**7** Übungsblätter



**Preis** 95,00 € netto pro Nutzer

**INHALTE**

- Coaching- und Beratungsinstrumente in Veränderungen
- Systemische Analysemethoden
- Fragetechniken
- Systemische Fragen
- Gesprächssimulation
- Aktives Zuhören

**Coaching- und Beratungsinstrumente in Veränderungen**

Auch innerhalb der offenen Fragen lassen sich Untergruppen bilden. Jede Gruppe umfasst unterschiedliche Fragewörter, verfolgt jedoch verschiedene Ziele. Die Grafik umfasst über 45 Fragewörter für offene Fragen und ist nicht einmal abschließend. Wie viele davon hatten Sie auf ihrer Liste?

Klicken Sie auf die Icons, um die Zielsetzungen und Funktionen zu sehen.

Völlig offen	Messend verknüpfte	Induzierende
Wie Was ...	Wie viel Wie oft Wie sehr Wie häufig Wie tief Welcher Ausmaß Bis zu welchem Grad	Woran Worum Wozu Wann Woher Wohin Womit Wogegen
Fixierte	Klärende (kausal?)	
Wo, woher, wohin Wie, wenn, wann Wann, ab wann, bis wann, wie lang ...		

# Laterale Führung

## Führung ohne Hierarchie

Führung ohne disziplinarische Verantwortung wird im modernen Arbeitsumfeld als Folge von flachen Hierarchien, Projektteams und anderen Entwicklungen immer relevanter. Diese herausfordernde Form der Führung verlangt von den fachlichen Führungskräften allerdings einiges an Überzeugungskraft, Motivation und kommunikativen Fähigkeiten. Als laterale Führungskraft kann man sich nicht den disziplinarischen Instrumenten bedienen. Nichtsdestotrotz bieten sich unterschiedliche Möglichkeiten andere Menschen zu führen.

### Inhalt (Auszug)

- Mögliche Probleme und Widerstände bei fachlicher Führung
- Säulen der lateralen Führung
- Relevanz von Motivation und Partizipation
- Kommunikation als wichtiges Instrument der Führung
- Feedback geben und nehmen
- Frühzeitiger Umgang mit Konflikten
- Situative Führungsstile – Merkmale und Auswirkungen



### Lernziele

Sie reflektieren die eigene Rolle sowie ihr eigenes Führungsverständnis, Unterscheidung zwischen lateraler Führung und hierarchischer Führung. Wir vermitteln, was Menschenführung bedeutet und welche Ansätze und Handlungsspielräume es für Führung ohne Hierarchie gibt. Sie bekommen Gelegenheit, ihr eigenes Führungsverständnis herauszuarbeiten und gewinnen Klarheit über die eigene Rolle.

Zusätzlich werden Sie im Rahmen des eLearnings in die Lage versetzt, verschiedene Ansatzpunkte der Führung in Bezug auf Motivation, Kommunikation und Partizipation situativ sowie erfolgreich im Arbeitsalltag zu nutzen.

**Umfang** 8 Stunden

**10** Live-Videos



**11** Animationsvideos



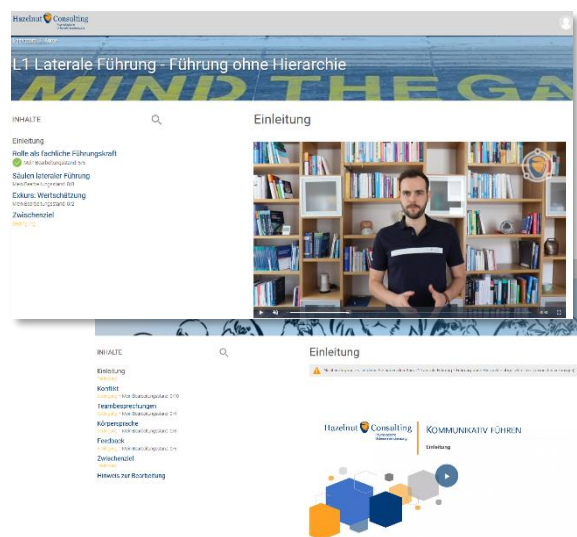
**13** Interaktive Elemente



**16** Übungsblätter



**Preis** 160,00 € netto pro Nutzer



# Führung auf Distanz

## Digital Leadership in Zeiten von Covid-19

Die Führung von Mitarbeitern stellt ohne Einwände eine enorme Herausforderung dar. Als Führungskraft ist ein gestärktes Vertrauensverhältnis und ein Zusammenhalt im Team ein wichtiger Grundpfeiler. Beide Aspekte leben maßgeblich von der täglichen zwischenmenschlichen Interaktion; ein kurzer Smalltalk bspw. nach Befindlichkeiten auf dem Flur ebenso wie das dedizierte Feedbackgespräch. Wie aber lässt sich dieses Vertrauen und Verbundenheit kreieren und nachhaltig aufbauen, wenn man aufgrund von Homeoffice, oder aufgrund internationaler Teams nur über die Distanz verbunden ist? Das Positive im Voraus: man kann auf Distanz ebenso gut führen, wie im direkten Austausch Face-to-Face, es bedarf allerdings neuer Wege und Mittel um sich zu begegnen. Der Wandel beginnt zunächst bei der Führungskraft selbst, bevor dann auch die Mitarbeiter ihr Vertrauen in die neuen Alternativen setzen.

### Inhalt (Auszug)

- Die Herausforderungen digitaler Führung
- Kommunikation über die Distanz sinnvoll gestalten
- Feedback geben und nehmen
- Vertrauen und Interaktion
- Teammeetings erfolgreich und effizient gestalten
- Neue Wege des Teambuilding



### Lernziele

„A smooth sea never made a skilled Sailor“ Die Situation wird zurecht als neuartig und herausfordernd bezeichnet, dennoch sind selbstsichere Kapitäne an allen Fronten gefragt, um die Organisation durch diese unruhige See zu manövrieren.

Wir geben Ihnen Tipps mit auf den Weg, um gut durch diese Gewässer zu kommen und durch Sturm und Nebel zu manövrieren. Sie werden mit praktikablen Möglichkeiten und der allgemeinen Relevanz von Interaktion im Führungskontext konfrontiert. Sie verstehen die geänderte Umgebung als Chance und Option neue Wege zu erschließen und werden in diesem Zusammenhang Ihre bisherigen Kommunikationswege kritisch betrachten.

**Umfang** 1 Stunde

8 Live-Videos



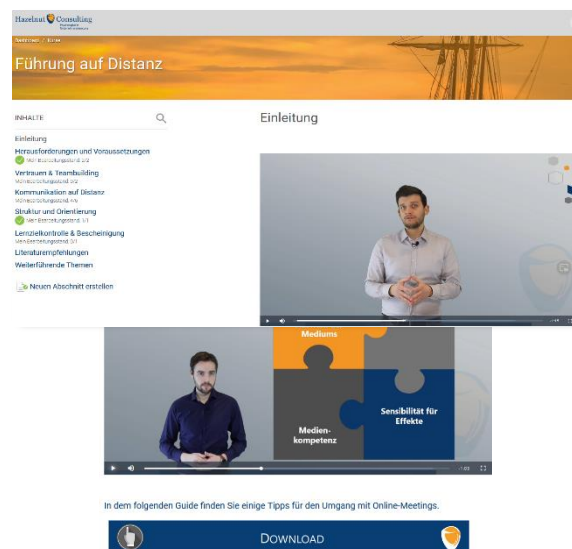
1 Animationsvideos



4 Interaktive Elemente



2 Übungsblätter



**Preis** 49,00 € netto pro Nutzer

## Gesunde Führung in der Pandemie

### Wie Führungskräfte Ihre Belegschaft auch während der Corona-Krise gesund halten

Die Themen Stressmanagement, Resilienz und Erhaltung der Mitarbeitergesundheit waren immer allgegenwärtig und genießen zu Recht einen hohen Stellenwert. Die Pandemie lenkt aber den Blick noch einmal stärker auf die Bedeutung, eine gesunde und leistungsfähige Organisation zu haben. Ohne große Vorbereitung befindet sich nun ein Großteil der Arbeitnehmer in einem geänderten Arbeitsalltag oder einer vollkommen neuen Büroumgebung, welche bislang eher den Rückzugsort im Feierabend darstellte. Zwar gibt es auch einige Proargumente für flexible Arbeitsmodelle und Homeoffice, die Situation wird aber zurecht als neuartig und herausfordernd bezeichnet. Die Unternehmung als Gesamtheit ist in der Verantwortung, die Belegschaft abzuholen und diesen Pfad gemeinsam mit den Mitarbeitern, möglichst wohlbehalten, zu beschreiten.

#### Inhalt (Auszug)

- Bestandsaufnahme aktueller Einflüsse
- Stress als Hauptursache
- Ansatzmöglichkeiten für Unternehmen
- Tipps für die Gestaltung von flexiblen Arbeitsmodellen und Homeoffice
- Ideensammlung zur digitalen Interaktivität
- Stressprävention für die Arbeit im Homeoffice



#### Lernziele

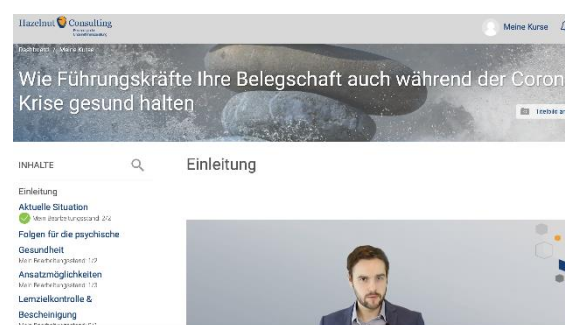
Die Teilnehmenden bekommen Einblick in den längerfristigen Wandel des Arbeitsumfeldes im volatilen Kontext der Corona Krise. Sie erkennen die Kehrseite vom Homeoffice und damit verbunden die Notwendigkeit der Begrenzungen von flexiblen Arbeitsmodellen. In diesem Zuge wird der Entwicklungsdruck zu moderner Methodik und Interaktion mithilfe konkreter Beispiele vermittelt. Wir thematisieren, was wichtig wird, um eine Organisation mit Stärke und Gesundheit durch externe Schocks und Krisen zu führen. Wir zeigen praktische Ansatz- und Handlungsmöglichkeiten auf um neue Wege der digitale Interaktion einzuschlagen.

**Umfang** 45 Minuten

**2** Live-Videos



**4** Interaktive Elemente



Die aktuelle Situation stellt Führungskräfte vor größere Herausforderungen. Was kann man tun, um die Gesundheit zu erhalten? Klicken Sie auf die Icons, um mehr über Ansatzpunkte zu erfahren.



**Preis** Kostenloser elearning-Impuls

# Burnout-Prävention für Führungskräfte

## Präventions- und Interventionsmaßnahmen

Seit einigen Jahren ist der Begriff Burnout tief in der organisationalen Betrachtung von Gesundheit und Krankheit verankert. Starke Erschöpfungsgefühle, zunehmende Selbstzweifel, eine erhöhte Reizbarkeit sowie eine innere Leere können mögliche Symptome sein. Der Beruf kann ausgleichend, jedoch auch als Brandbeschleuniger wirken. Umso wichtiger ist ein umfangreiches Verständnis für Führungskräfte um den adäquaten Umgang mit potenziell gefährdeten und bereits betroffenen Mitarbeitern zu kennen.

### Inhalt (Auszug)

- Quellen und Ursachen für einen Burnout
- Frühwarnsignale & Erkennungsmerkmale
- Historie und mediale Sicht
- Verständnis über den Wirkungszusammenhang zwischen Beruf und Burnout
- Optimierung des Umgangs sowie Interventionsmöglichkeiten in Führungssituationen
- Leitfaden für das Gespräch mit betroffenen Mitarbeitern



### Lernziele

Dieses eLearning vermittelt den Teilnehmenden ein grundlegendes Verständnis zum Thema Burnout und zeigt darauf aufbauende Präventions- und Interventionsmaßnahmen auf. Im Anschluss können die Teilnehmer eine potenzielle Entwicklung zu einem Burnout bei sich und anderen erkennen und können auch die individuelle Dringlichkeit einordnen. Sie kennen Präventions- und Interventionsmöglichkeiten für Betroffene und lernen ebenso Möglichkeiten zum eigenen Schutz kennen.

**Umfang** 2,5 Stunden

4 Live-Videos



4 Animationsvideos



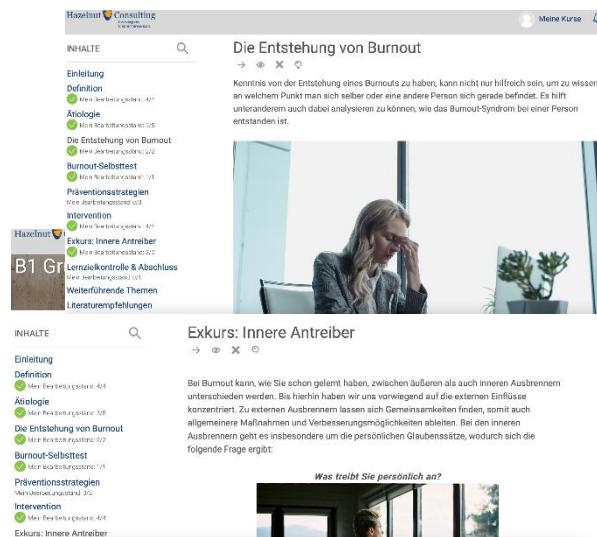
14 Interaktive Elemente



10 Übungsblätter



**Preis** 69,00 € netto pro Nutzer



# Bewerbungsgespräche professionell führen

## Grundlagen, Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung

Das Bewerbungsgespräch stellt ein maßgebliche Komponente bei der Entscheidungsfindung für einen geeigneten Bewerber dar. Die Unternehmung sucht eine bestimmte, zunächst rein tätigkeitsbezogene (Neu-)Besetzung. Ziel ist es, eine möglichst hohe Passung von den Anforderungen des Arbeitsplatzes und den Merkmalen der Person zu erzielen, denn das ist die Voraussetzung für Leistungsfähigkeit. Der Prozess sollte in jedem Fall strukturiert, mit Bedacht und Vorbereitung durchgeführt werden. Nicht nur die Unternehmung bekommt einen Eindruck zum Bewerber...ebenso erhalten Bewerber einen Eindruck über Ihr Unternehmen.

### Inhalt (Auszug)

- Die 7 Phasen eines Bewerbungsgesprächs
- Leitfaden zum Ablauf eines Bewerbungsgesprächs
- Sammlung von Beispielfragen je nach Stellenprofil
- Ausschreibung/ Stellenbeschreibung und darauf aufbauende Fragen im Bewerbungsgespräch
- Das Zweitgespräch



### Lernziele

Wir zeigen die Risiken eines unorganisierten Bewerbungsgesprächs auf und liefern gleichzeitig die wichtigen Punkte um das Gespräch und direkt angrenzende Themen so erfolgreich und zielführend wie möglich zu gestalten. Nach Abschluss sind die Teilnehmer auf die Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung von Bewerbungsgesprächen vorbereitet und können mithilfe von Leitfäden an der längerfristigen Umsetzung als Unternehmensstrategie bei solchen Gesprächen arbeiten.

**Umfang** 1,5 Stunden

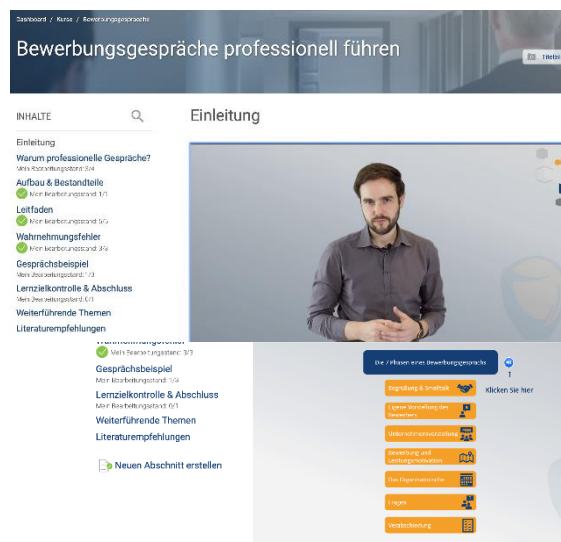
2 Live-Videos



5 Interaktive Elemente



2 Übungsblätter



**Preis** 69,00 € netto pro Nutzer

# Kündigungsgespräche professionell führen

## Mentale und organisatorische Vorbereitungen

Die Lebens- und Berufserfahrung zwischen Managern ist sehr unterschiedlich. Allerdings stimmt wohl fast jede Führungskraft zu, dass die Überbringung einer Trennungsabsicht eine klare Herausforderung im Arbeitsleben darstellt. Diese Herausforderung wird schnell und nachvollziehbarer Weise zur Überforderung, da der Prozess zum einen menschlich, fair und auf Augenhöhe erfolgen soll, andererseits die Botschaft juristisch einwandfrei und ohne Verhandlung kommuniziert werden muss. Kein leichtes Unterfangen – eine Vorbereitung ist daher absolut empfehlenswert.

### Inhalt (Auszug)

- Mentale und organisatorische Vorbereitung
- Grundlagen zu den unterschiedlichen Kündigungs- und Reaktionstypen
- Reflexion des eigenen Kündigungstyp
- Leitfaden zum Download
- Relevanz einer strukturierten Vorbereitung



### Lernziele

Im Anschluss an dieses eLearning werden die Teilnehmenden zwar kein Kündigungsprofi sein, wie etwa George Clooney im Film "Up in the air" (2009), mit der Vermittlung von Hintergrundwissen und Leitfaden wird aber eine grundlegende Sicherheit und Hintergrundwissen geschaffen. Die Reflexion der eigenen Rolle in Kombination mit unterschiedlichen Reaktionsweisen sorgt für Klarheit im Prozess. Mithilfe der Informationen und dem Kündigungsleitfaden kann dann im Nachgang eine Unternehmensstrategie und -kultur bezüglich solcher Gespräche entwickelt werden.

**Umfang** 1,5 Stunden

**3** Live-Videos



**4** Interaktive Elemente



**1** Leitfaden



**Preis** 69,00 € netto pro Nutzer

## Kommende Kurse

Die folgenden Kurse werden in der nächsten Zeit bereitgestellt und erweitern das bisherige Angebot der eLearning-Plattform:

### Gesundheitsmanagement und Gesundheit

- Psychische Erkrankungen am Arbeitsplatz
- Psychologie für GesundheitsmanagerInnen
- Betriebliches Gesundheitsmanagement – Aktuelle Trends und Herausforderungen
- Betriebliches Gesundheitsmanagement – Vertiefung und praktische Umsetzung
- Gesunde Führung in Veränderungen
- Organisationale Resilienz

### Organisationsentwicklung und Change Management

- Change von der psychologischen Seite angehen
- Change Management für Führungskräfte

### Führung

- Die Führungskraft als Coach
- Das Kündigungsgespräch – Ein Leitfaden für die Vorbereitung und Durchführung

Das Angebot der Hazelnut eAcademy wird stetig um neue Inhalte und Kurse erweitert. Schauen Sie regelmäßig vorbei, um auf dem aktuellen Stand zu bleiben oder schreiben Sie uns über [academy@hazelnutco.de](mailto:academy@hazelnutco.de) und wir informieren Sie, sobald neue Kurse zur Verfügung stehen.



Auf Wunsch können wir auch gerne individuelle Inhalte für Sie erstellen und über die Plattform bereitstellen, beispielsweise unternehmensspezifische Weiterbildungen oder Kurse zum Onboarding von neuen Mitarbeitenden.





## Hazelnut Consulting GmbH

Als psychologische Organisationsberatung verbindet die Hazelnut Consulting GmbH (wirtschafts-) psychologische Expertise mit betriebswirtschaftlichen Know-how und vereint so verschiedene Disziplinen, um optimale Ergebnisse zu erzielen. Mit einer mittlerweile mehr als zehnjährigen Erfahrung in der Begleitung, Entwicklung und Beratung von Organisationen, Führungskräften und Mitarbeitern unterstützt sie Organisationen und Menschen gleichermaßen, sich ständig weiterzuentwickeln und neuen Herausforderungen zu stellen. Von der Analyse, über die Konzeptentwicklung und die Durchführung bis zur Evaluation betreut die Hazelnut Consulting ihre Kunden in Projekten, Trainings, Coachings und Beratungsprozessen. Hierbei entwickeln sie aus den Kundenanforderungen, aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und ihrer Expertise maßgeschneiderte Lösungen.

Hazelnut Consulting GmbH  
Harkortstraße 1  
58313 Herdecke  
Tel.: 02330 6062550  
Fax.: 02330 6062599  
Mail: [info@hazelnutco.de](mailto:info@hazelnutco.de)  
[www.hazelnutco.de](http://www.hazelnutco.de)

**Hazelnut**  **Consulting**  
Psychologische  
Unternehmensberatung