

# Souveräner Entscheiden

mit Fokus auf individuelle Entscheidungsprozesse

Leitung: Andrea Spieth, Suzanne Ruf

30. August bis 30. September 2021

3 Module plus Follow-Up

Online

Entwicklungen  
inspirieren.

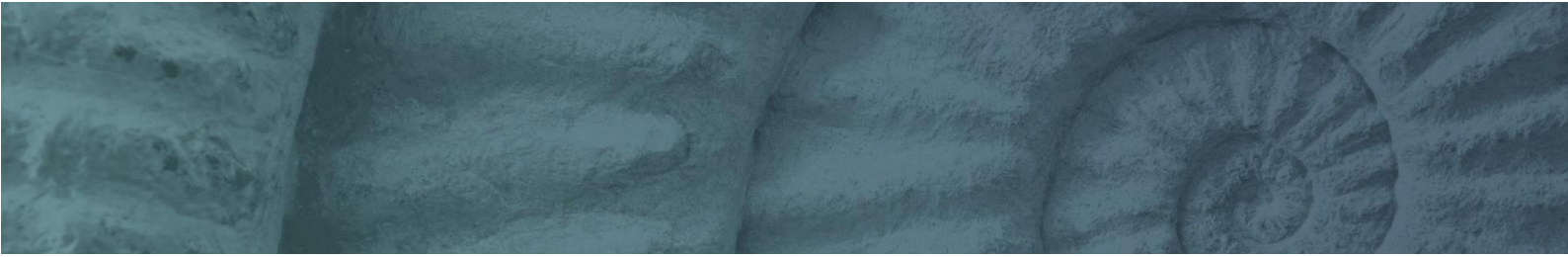
Durchbrüche  
ermöglichen.

Transformation  
gestalten.



Trigon Entwicklungsberatung Luzern  
Birkenstrasse 10  
6003 Luzern, Schweiz  
T: + 41 (41) 511 24 80  
trigon.luzern@trigon-schweiz.ch  
www.trigon-schweiz.ch

 **Trigon** | ACADEMY  
Entwicklungsberatung



Wir verstehen unter „Entscheidungskompetenz“ die Fähigkeit, zwischen Alternativen eine Auswahl zu treffen und die damit verbundene Verantwortung zu übernehmen.

Zwanzigtausend Entscheidungen treffen wir am Tag, sagen die Verhaltensforscher. Viele davon laufen blitzschnell und mühelos ab. Für die anderen brauchen wir Aufmerksamkeit und Zeit, manchmal auch Anstrengung, um bewusst zu entscheiden und die Entschlossenheit für die Realisierung im Außen zu aktivieren.

Je mehr Wahlmöglichkeiten die Welt uns bietet, desto nützlicher ist es, die eigene „Orts-kenntnis“ im Thema Entscheiden zu erweitern und Freude am aktiven Entscheiden zu entwickeln.

Dieses Online Seminar ermöglicht eine neue Sicht auf die eigenen Entscheidungsprozesse und die persönliche Entscheidungskultur.

Eine vielschichtige, fundierte Betrachtung des Themas aus verschiedenen Perspektiven gibt einen umfassenden theoretischen Hintergrund, der den eigenen Handlungsspielraum in Entscheidungsprozessen erweitert. In Praxisübungen können Methoden und Techniken der Entscheidungsfindung pilotiert werden, um eigene kontextabhängige Entscheidungsrountinen zu erarbeiten.

## Ziele

Die eigene Entscheidungskompetenz erweitern und vertiefen und damit auch in unsicheren Zeiten und in volatilen Umgebungsbedingungen bewusster, souveräner und schneller entscheidungsfähig sein.

Die konkreten, inhaltlichen Ziele sind:

- Entscheiden aus verschiedenen Perspektiven beleuchten und „Ortskenntnis“ gewinnen:
  - Philosophie (Peter Bieri)
  - Neurobiologie (Antonio Damasio, Daniel Kahnemann)
  - Kognitionswissenschaften (Gerd Gigerenzer)
  - Embodiment (Maja Storch)
  - Logik (Matthias Varga von Kibéd und Insa Sparrer)
- Wahlmöglichkeiten erweitern: „Wie treffe ich Entscheidungen?“ und damit Handlungsfähigkeit vergrößern
- Entscheidungsrountinen entwickeln: Wie sieht mein persönlicher Entscheidungsprozess aus in welchem Kontext?
- Körperintelligenz für kluges Entscheiden nutzen
- Wirksame Formate und Tools für das Entscheiden und die Analyse der Auswirkungen von Entscheidungen anwenden lernen

# Zielgruppen

Das Seminar ist konzipiert für Menschen in Führungssituationen:

- Führungskräfte in Unternehmen und Organisationen
- Projekt- und Programmleitende
- Rollenverantwortliche in selbstorganisierten Teams

# Inhalte

## Workshop 1

- Einführung U-Prozedur des Entscheidens
- Der philosophische Unterschied zwischen substanziellen und instrumentellen Entscheidungen
- Den Unterschied zwischen schnellem und langsamem Denken
- Selbstreflexion zu den Triggern in der Entscheidungsfindung
- Fallbesprechungen

## Workshop 2

- Betrachtung von Entscheidungsfragen im Entwicklungsdreieck von (SySt®)
- Somatische Marker und Affekte als nützliche Informanten für Entscheidungsprozesse
- (Neurobiologische) Trigger für das eigene Entscheiden
- Wirkung von Bedürfnissen im Entscheidungsprozess
- Fallbesprechungen

## Workshop 3

- Instrumente und Übungen zu Optionenfindung und Optionenbewertung
- Übungen zum Tetralema (SySt®)
- Kondensierung der persönlichen Entscheidungsrouitinen
- Die Auswirkungen von defensiven Entscheidungen
- Fallbesprechungen

# Methoden

- Theoretische Inputs
- Austausch in Kleingruppen und im Plenum
- Selbstbeobachtung und -reflektion
- Fallarbeit
- Lektüre

# Trainerinnen



## Andrea Spieth, Feldkirch (A)

Trigon Entwicklungsberatung Salzburg

Andrea Spieth fokussiert in ihrer Arbeit auf den Menschen – als Teil einer Organisation und als Individuum mit seinen verschiedenen Dimensionen. Sie hat in verschiedenen Unternehmen als Personal- und Organisations-entwicklerin sowohl in der Expertinnen- als auch in der Führungsrolle langjährige Erfahrung mit Management- und Entscheidungsprozessen gesammelt und arbeitet seit 2016 als Beraterin und Coach.

**Arbeitsschwerpunkte:** Organisationsentwicklung, Begleitung von Teams und Individuen in Transformationsprozessen, Leadership Development und Selbstmanagement mit dem Fokus Embodiment.



## Suzanne Ruf, Bern (CH)

Trigon Entwicklungsberatung Luzern

Suzanne Ruf begleitet seit vielen Jahren und mit großem Erfolg Menschen und Organisationen in Veränderungen. Sie ist Organisationsentwicklerin, Business Coach und erfahrene Trainerin. In Ihrer Arbeit unterstützt sie Organisationen in deren kontinuierlicher und nachhaltiger Weiterentwicklung. Dabei verliert sie nie aus den Augen, welche Auswirkungen die Veränderungen für die betroffenen Menschen haben. Die Verknüpfung der menschlichen Ebene mit den organisatorischen Fakten ist ihr Erfolgsrezept.

**Arbeitsschwerpunkte:** Organisationsentwicklung, Begleitung von Digitalisierungsprojekten, Begleitung von Organisationsveränderungen

# Information & Buchung: „Souveräner Entscheiden“

Trigon Entwicklungsberatung, Syntaktisch-hypnosystemische Beratung von Mensch, Organisation und Gesellschaft GmbH, Birkenstrasse 10, 6003 Luzern, Schweiz,

[trigon.luzern@trigon-schweiz.ch](mailto:trigon.luzern@trigon-schweiz.ch)

Kontakt: Melanie Aellen, [melanie.aellen@trigon-schweiz.ch](mailto:melanie.aellen@trigon-schweiz.ch)

Bitte beachten Sie unsere [Datenschutzerklärung](#).



**Oder online buchen** über den Link bzw. QR-Code: [>> zur Online-Buchung](#)

## Termine:

Ich buche verbindlich und kostenpflichtig:

Workshop 1:	Mo., 30.08.2021	08.30 Uhr bis 12.30 Uhr
Workshop 2:	Fr., 10.09.2021	08.30 Uhr bis 12.30 Uhr
Workshop 3:	Mo., 20.09.2021	08.30 Uhr bis 12.30 Uhr
Follow-Up:	Do., 30.09.2021	08.30 Uhr bis 10.30 Uhr

## Veranstaltungsort:

Online

## Leitung:

Andrea Spieth, Suzanne Ruf

## Kosten und Stornobedingungen

CHF 720.00 (exkl. MwSt.) bei Buchung bis zum 15.07.2021 – „Frühbuchungs-Preis“.

CHF 855.00 (exkl. MwSt.) bei Buchung nach dem 15.07.2021.

Bei Stornierung innerhalb von 3 Monaten vor Beginn werden CHF 100.00 (exkl. MwSt.) für die Bearbeitung verrechnet. Bei Stornierung innerhalb von zwei Wochen vor Beginn werden 100% des Teilnahmebetrages verrechnet. Diese Regelung gilt für den Fall, dass keine andere, für die Teilnahme geeignete Person genannt wird.

## Trigon Entwicklungsberatung

Trigon ist ein europaweit tätiges Beratungsunternehmen für Organisations- und marktwirksame Unternehmensentwicklung, Personalentwicklung und Qualifizierung, Coaching, Konfliktmanagement und Mediation, Mitarbeiter- und Kundenbefragungen mit Büros in Graz, Klagenfurt, Luzern, München, Salzburg und Wien.

Ausführliche Informationen unter [www.trigon-schweiz.ch](http://www.trigon-schweiz.ch).