



FIT IM BERUF. FIT IM ALLTAG. STRESSFREI UND GESUND.

Seit 1995

Das **Institut für innovative Kommunikation**

unterstützt Sie auf Ihrem Weg in eine erfolgreiche Zukunft. Mit einem breiten Spektrum an **Kursen und Trainingsprogrammen**.

Schwerpunkte unserer Trainings-, Fortbildungs- und Coachingmaßnahmen sind neben der beruflichen Kompetenzerweiterung die **persönliche Weiterentwicklung** und Sinnfindung in Beruf und Alltag.

Wir unterstützen Sie und Ihre Mitarbeiter auf dem Weg zu einem stressfreien, gesunden Arbeits- und Privatleben. Setzen Sie **neue Energien** und verloren geglaubte Kräfte für sich selbst, Ihre Institution oder Ihr Unternehmen frei.



Stressabbau

■ Produktive Arbeitsbedingungen

Diplomatische Klärung von Konflikten, Umgang mit Widerständen und Mobbing, der Blick auf das gesamte System, konstruktive Problemlösungen: neue Voraussetzungen für eine **produktive Arbeitsatmosphäre**.

■ Persönlichkeitsentwicklung

Der richtige Umgang mit Druck, die Lösung von Konflikten, Verhaltens- und Argumentationstraining und **innovative Methoden der Stressbewältigung** führen zu deutlich mehr Leistungsfähigkeit und Zufriedenheit.

■ Karriereentwicklung

Rhetorisches Können, erfolgreiche Mitarbeiterführung, Moderation, Präsentation. Erlernen Sie diese Techniken und weitere wichtige Hilfsmittel, die Ihnen den **Umgang mit Kollegen, Vorgesetzten oder Kunden erleichtern**.

■ Gesundheitsprävention

Meistern Sie die neuen Herausforderungen im Arbeitsalltag erfolgreich, ohne an den psychophysiologischen Belastungen zu scheitern. Mit neuen Methoden zur Stressbewältigung, progressiver Muskelentspannung, Burnout-Prophylaxe und vielem mehr.

Leistungsaufbau

Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg zu Erfolg, Sicherheit und Gesundheit

Für **Pädagogen im Schulbereich** haben wir ein spezielles Anti-Stress-Programm entwickelt, in dem nicht nur **Zeit- und Selbstmanagement**, sondern auch eine erfolgreiche Kommunikation und Kooperation im Kollegium vermittelt werden.

Mitarbeiter und Führungskräfte in Unternehmen unterstützen wir durch das Erlernen von rhetorischen Techniken, Verkaufstraining, Mitarbeiterführung, Moderation, Präsentation und **Mobbingprävention**.

Mitarbeiter im sozialen Bereich (Krankenhäuser, Sozialstationen, Seniorenheime), aber auch in **Behörden und Institutionen** erleichtern wir mit gezieltem Coaching und intensivem Training den Arbeitsalltag. So steigern Sie nicht nur Ihre Leistungsfähigkeit, sondern ebnen der heute so wichtigen **Gesundheitsprävention** den Weg und erhöhen nachhaltig Ihre Lebensqualität.



Referenzliste (Auszug):
 Bischöfliches Ordinariat
 Caritasverband Bayern
 Diakonisches Werk Bayern
 Landratsamt Kitzingen, Main Spessart
 Stadt Würzburg
 Ministerialbeauftragter für die Gymnasien
 INID GmbH
 Techniker Krankenkasse
 WIKÄ Alexander Wiegand GmbH & Co. KG
 Stiftung Bürgerspital z. Hl. Geist
 Psychiatrie Würzburg
 Bayerisches Rotes Kreuz
 Herold - Altersheimstiftung
 Bayer. Kultusministerium
 Abtei Münsterschwarzach
 Radiologische Praxis Dr. Flieger
 Uhl - Stahl - und Metallbau KG
 Mercedes Benz Deutschland
 LBS Landesbausparkasse
 Richard-Rother-Realschule Kitzingen

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf. Ein erstes Beratungsgespräch ist für Sie unverbindlich und kostenfrei.

Institut für innovative Kommunikation

I. L. Oschmann
 Anton-Bruckner-Str. 4
 97074 Würzburg
 Tel. 0931/804 91 00
 Fax 0931/784 77 22
 info@innkomm.de
 www.innkomm.de

STRESSFREI UND GESUND. FIT FÜR DIE ZUKUNFT.



Arbeitsfelder:

Managementtraining
 und Mitarbeiterführung

Teamentwicklung /
 -training

Organisationsentwicklung
 und Change Management

Moderationen

Methoden zur
 Stressbewältigung

Coaching/Supervision –
 Gruppen und Einzelne



L. Ingeborg Oschmann

Coach/Supervisorin (DGSF)
 Systemtherapeutin (DGSF)
 Kommunikations- und
 Entspannungstrainerin

Lehrtätigkeit an der
 Fachhochschule

mehr als 25 Jahre Erfahrung
 als Trainerin und Dozentin
 für Fortbildung und beruf-
 liche Qualifizierungskurse

langjährige Tätigkeit in
 Beratung, Leitung von
 Gruppen, Supervision und
 Coaching

Bezuschussung

Unsere Kurse und Trainingsmaßnahmen in Bereich
 »Stressbewältigung« werden von fast allen Kranken-
 kassen als Präventionsmaßnahmen anerkannt und
 entsprechend bezuschusst (bis zu 80 %, je nach Kasse).



Auszeichnung

Für sein Programm
 »Regionale und kommunale
 Präventionsprogramme zur
 Schaffung eines gesunden

Lebensstils im schulischen und außerschulischen Bereich«
 wurde das **Institut für innovative Kommunikation**
 mit dem Deutschen Präventionspreis 2007 ausgezeichnet.

Mehr **Lebens** **qualität** durch **Innovation**

INSTITUT FÜR
 INNOVATIVE
 KOMMUNIKATION

Training
 Prävention
 Coaching

