

Weiterbildung

2 0 2 6

Führung und Management

Persönlichkeitsentwicklung

Kommunikation und Wirkung

Human Resources



Liebe Lernwillige,
liebe Entwicklungsinteressierte,
liebe Kundinnen und Kunden



Der Kalender ist dicht, ein Termin jagt den anderen, die ToDo-Liste scheint unendlich. Umso wichtiger ist Weiterbildung, die wirkt und sich im gedrängten Alltag gut integrieren lässt.

Unsere Weiterbildung setzt genau da an: Impulse, Austausch und echter Mehrwert – kompakt, interaktiv und alltagsnah. In kleinen Gruppen verbinden wir Training und Coaching zu einem Format, welches persönlich berührt und praktisch unterstützt. Und immer gilt: Der Mensch steht im Zentrum.

Willkommen im Weiterbildungsprogramm 2026. Wir freuen uns sehr, Sie (weiterhin) auf Ihrer Lernreise zu begleiten.

Herzlich, Ihre Weiterbildungsbegleiterinnen
Melanie Dekker, Michèle Marbach, Manuela Vontobel



Inhaltsverzeichnis

WIESO WEITERBILDUNG MIT ZWEISTUNDEN?

4

Unser Team



WEITERBILDUNG NACH MASS FÜR IHR UNTERNEHMEN

6

Kompetenzzentrum Gesundheit
Kompetenzzentrum Berufsbildung
ZweiStunden Seminar-Abo «kurz&bündig»
Ihre Persönliche Entwicklung



FÜHRUNG UND MANAGEMENT

10

Wie ticken meine Mitarbeitenden?
Effiziente Meetingleitung (mit KI)
“Düütlich und doch fründlich”
Kontrolle ist gut, Vertrauen ist besser
Reden hilft!
Motivation statt Montagstrott
Führen im digitalen Zeitalter
Selbstfürsorge in der Führung
Plötzlich Chef, Plötzlich Chefin
Persönlichkeit führt!
Führen ohne Vorgesetztenfunktion
New Leader Package



PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

18



Endlich effizient!
Endlich effizient mit KI
Mut zum Nein sagen
Perspektivenwechsel, der befreit
Agieren statt Reagieren
Alarmstufe rot!
Energie-Check im Alltag
Resilienz und Effizienz mit HeartMath®
Resilienz durch Selbstführung
Zeitmanagement und Selbstorganisation
Mensch bleibt Trumpf! Ihre Stärken im KI-Zeitalter

KOMMUNIKATION UND WIRKUNG

26



Klare Sprache – bringen Sie's auf den Punkt!
Wie tickt mein Gegenüber?
Von der Idee zur Wirkung
Vom Konflikt zum Dialog
Telefontraining
Sprache als Brücke für ein gelingendes Miteinander
Wie wirke ich auf andere?
Souveränitätstraining

HUMAN RESOURCES

32



Krisen mit Lernenden überwinden
Generationen im Dialog
Lernende wirkungsvoll führen und fordern
Die Lernenden im Mittelpunkt
Kommunikative Deeskalation für HR-Verantwortliche
Team-Resilienz
Team-Workshop im Reich der Tiere
So tickt mein Gegenüber – DiSG® Teamprofil
Wow, das kann KI?
Prompten mit KI
KI als persönliche Assistenz
Gespräche mit Hilfe von KI vorbereiten

— KI-Specials

Wieso Weiterbildung mit ZweiStunden?

Unsere Zeit ist kostbar!

Genau deshalb machen wir Weiterbildung anders:
kurz&bündig, auf den Punkt gebracht, praxisnah, auf Sie, Ihr Team oder Unternehmen zugeschnitten.

- **Weiterbildung, die wirkt!
kompakt, konkret, kurz, klar**
- **Unverbindlicher Austausch
und Beratung**
- **Massgeschneiderte Angebote**
- **Vielfalt in Themen,
Formaten und Persönlichkeiten**
- **Interesse & Freude an der
Weiterentwicklung von Menschen**



Lernen Sie unsere Werte kennen.
So arbeiten wir im Team und mit Ihnen zusammen.

Unser Team



Weiterbildung nach Mass für Ihr Unternehmen

Möchten Sie Ihre Mitarbeitenden weiterentwickeln, talentierte Fachkräfte anziehen und als attraktiver Arbeitgeber wahrgenommen werden?

Wir bieten Ihnen Weiterbildungs-Lösungen nach Mass.
Vor Ort, digital, kurz oder ausführlich – alles ist möglich.

- ➔ **Trainings, Workshops & Seminare**
- ➔ **Impulsreferate und Lunch & Learn**
- ➔ **Seminar-Abo “kurz&bündig”**
- ➔ **Teamentwicklung**
- ➔ **Führungsprogramme**
- ➔ **Coachings**

Lassen Sie uns in einem Gespräch kennenlernen und die gemeinsamen Möglichkeiten eruieren.



Michèle Marbach



Melanie Dekker

Kompetenzzentrum Gesundheit

Personalmangel, hoher Druck, Leben oder Tod, aggressive PatientInnen – der Alltag im Gesundheitswesen ist extrem. Wer da arbeitet, braucht mehr als Fachwissen: emotionale Stärke, Resilienz und Belastbarkeit sind entscheidend.

Wir kennen die Herausforderungen und entwickeln gezielte Weiterbildungen im Gesundheitsbereich.

**Entdecken Sie unser
Kompetenzzentrum Gesundheit**



Kompetenzzentrum Berufsbildung

Wer Lernende nur verwaltet, verspielt die Zukunft. Berufsbildung braucht Beziehung, Haltung und echte Begleitung.

Wir setzen auf einen ganzheitlichen Ansatz und stärken Verantwortliche der Berufsbildung und Lernende gleichermaßen – mit praxisnahen Trainings, individueller Unterstützung und Fokus auf eine starke Zusammenarbeit im Alltag.

Entdecken Sie Weiterbildung für Lernende und Berufs- & PraxisbildnerInnen ab Seite 33.

**Entdecken Sie unser
Kompetenzzentrum Berufsbildung**



ZweiStunden Seminar-Abo «kurz&bündig»

Mehr als 20
Themen in
2 Stunden

Die Wahl, um Ihren Mitarbeitenden kompakte Weiterbildung zu ermöglichen.

	Light	Basic	Premium
Anzahl Seminarplätze	10	20	50
Ihre Investition	CHF 2'360 statt CHF 2'950	CHF 4'720 statt CHF 5'900	CHF 11'800 statt CHF 14'750
Sie sparen 20%	CHF 590 = 2 Plätze kostenlos	CHF 1'180 = 4 Plätze kostenlos	CHF 2'950 = 10 Plätze kostenlos
Laufzeit	1 Jahr		

- Weitere Vorteile:
- ➔ Infoflyer für Versand an Ihre Mitarbeitenden
 - ➔ Persönlicher Abo-Code zur Buchung über unsere Website
 - ➔ Regelmässige Übersicht über Status Quo der Anmeldungen



Hier finden Sie alle
unsere 2-Stunden-Seminare

Auch Ihre persönliche Entwicklung verdient ZweiStunden

Unsere Trainings verbinden zwei Welten: professionelles Training und individuelles Coaching. In interaktiven Kleingruppen entsteht ein Raum, in dem echte Entwicklung möglich wird: persönlich, praxisnah, wirksam.

- ➔ **Ihre Stärken, Ziele und Entwicklung im Zentrum**
- ➔ **Konkrete Lösungsansätze für Ihre persönlichen Anliegen**
- ➔ **Monatliche Termine bei unseren beliebtesten Online-Seminaren**
- ➔ **Präsenzweiterbildungen 5 Minuten vom Zürich HB**
- ➔ **Lernplattform für Unterlagen, Informationen & Chat-Möglichkeit**

Erleben Sie einen Seminartag bei uns



Welches ist Ihre passende Weiterbildung?
Finden Sie's heraus.

Entdecken Sie unsere Weiterbildungen



Führung und Management



	WIE TICKEN MEINE MITARBEITENDEN?	11
	EFFIZIENTE MEETINGLEITUNG (MIT KI)	11
	"DÜÜTLICH UND DOCH FRÜNDLICH"	12
	KONTROLLE IST GUT, VERTRAUEN IST BESSER	12
	REDEN HILFT!	13
	MOTIVATION STATT MONTAGSTROTT	13
	FÜHREN IM DIGITALEN ZEITALTER	14
	SELBSTFÜRSORGE IN DER FÜHRUNG	14
	PLÖTZLICH CHEF, PLÖTZLICH CHEFIN	15
	PERSÖNLICHKEIT FÜHRT!	15
	FÜHREN OHNE VORGESETZTENFUNKTION	16
	NEW LEADER PACKAGE	17

Wie ticken meine Mitarbeitenden?



Unterschiedliche Sichtweisen können leicht zu Irritationen führen – besonders wenn Kommunikation und Erwartungen nicht klar aufeinander abgestimmt sind. Das kann sich auch auf die Ergebnisqualität auswirken. Erhalten Sie Einblick in die verschiedenen DiSG®-Persönlichkeitstypen und deren charakteristische Verhaltensweisen. Sie erfahren, wie Sie dieses Wissen gezielt für eine wertschätzende Kommunikation und eine stärkende Führungsarbeit im Team einsetzen können.



2 Stunden
online



Michèle
Marbach



monatlich



CHF 295

Effiziente Meetingleitung (mit KI)



Wir alle kennen Meetings, mehr viel Zeit kosten, als sie wert sind. Wer Klarheit, Struktur und Wirkung in seine Besprechungen bringt, nutzt die Zeit effektiv und stärkt die Zusammenarbeit. Lernen Sie, wie Meetings effizient geplant, moderiert und nachbearbeitet werden. Künstliche Intelligenz unterstützt Sie dabei: von der Agenda bis zum Protokoll. Gewinnen Sie sofort umsetzbare Tools und Methoden, um Meetings zielführend, klar und zeitschonend zu gestalten.



2 Stunden
online



Sina
Mehl



22.01.
18.03.
29.05.
03.09.



CHF 295

“Düütlich und doch fründlich”



Worte wirken. Führungsstärke zeigt sich in der Art des Sprechens und Zuhörens. Mit klaren Ansagen vermitteln Sie Orientierung sowie Sicherheit und vermeiden Missverständnisse. Eine zugleich wertschätzende Formulierung, beugt Konflikte vor und sorgt dafür, dass Botschaften verstanden werden. Mit der Grundhaltung der Gewaltfreien Kommunikation (GfK) entdecken Sie, wie Sie in schwierigen Momenten klar bleiben, Ihr Gegenüber erreichen und gemeinsam Lösungen finden.



2 Stunden
online



Reto
Wambach



monatlich



CHF 295

Kontrolle ist gut, Vertrauen ist besser



Förderliche Führung heisst, Kontrolle bewusst loszulassen und Vertrauen gezielt aufzubauen. Wo Verantwortung geteilt wird, wachsen Motivation, Eigenständigkeit und Innovation. Situative Führung, klare Leitplanken und eine vertrauensvolle Haltung schaffen dafür die Basis. Reflektieren Sie Ihr Führungsverhalten und stärken Sie die Selbstverantwortung im Team – für mehr Wirksamkeit, gemeinsame Entwicklung und Freude.



2 Stunden
online



Melanie
Dekker



monatlich



CHF 295

Reden hilft!



Psychische Beanspruchungen bleiben oft unerkannt – dabei zeigen sich Warnsignale meist früh. Als Führungsperson haben Sie die Chance, Veränderungen bei Mitarbeitenden rechtzeitig zu entdecken. Lernen Sie die Anzeichen psychischer Belastungen kennen und erhalten Sie Sicherheit im offenen Ansprechen von betroffenen Mitarbeitenden – für mehr Vertrauen und ein gesundes Miteinander am Arbeitsplatz.



2 Stunden
online



Michèle
Marbach



monatlich



CHF 295

Motivation statt Montagstrott



Führung, die inspiriert, beginnt mit einer klaren Haltung. Wer seine Werte kennt und Sinn vermittelt, gewinnt das Team für sich. Schärfen Sie Ihr persönliches „Warum“, gewinnen Sie Klarheit für Entscheidungen und erkennen Sie, wie Sie mit authentischer Führung die Loyalität und die Motivation Ihres Teams steigern.



2 Stunden
online



Christina
Weigl



14.01.
09.03.
18.05.
02.09.



CHF 295

Führen im digitalen Zeitalter



Führung verändert sich – und stellt neue Anforderungen an Nähe, Präsenz und Kommunikation. Digitale und hybride Führung braucht Klarheit im Stil, Vertrauen im Team und Tools, die Zusammenarbeit stärken. Erfahren Sie, wie Sie klassische Führungsprinzipien mit neuen Anforderungen verbinden. Sie stärken so Ihre Führungswirkung, gewinnen Sicherheit im Umgang mit digitalen Tools und entwickeln Schlüsselkompetenzen für eine starke Führung in einer vernetzten Welt weiter.



4 Stunden
online



Sina
Mehl



22.01.
18.03.
29.05.
03.09.



CHF 590

Selbstfürsorge in der Führung



Führen, ohne sich selbst zu verlieren

Führung verlangt Stärke – doch wer immer nur gibt, brennt irgendwann aus. Wirklich wirksam ist, wer gut für sich selbst sorgt. Richten Sie den Blick bewusst auf Ihre eigenen Grenzen und entdecken Sie Wege, wie Sie Kraft tanken und gelassen bleiben. Sie lernen, im hektischen Alltag kleine Inseln der Entlastung zu schaffen und ein Umfeld zu gestalten, das auch Ihr Team stärkt. So führen Sie klar, präsent – und ohne sich selbst zu verlieren.



1 Tag



Sandra
Bossi



30.01.
23.03.
11.06.
17.08.



CHF 950

Plötzlich Chef Plötzlich Chefin



Souverän in der neuen Führungsrolle

Erfolgreiches Führen lässt sich trainieren. Lernen Sie vom erfahrenen Experten und Buchautor Dr. Claude Heini, wie Sie den Erwartungen an Ihre Führungsrolle gerecht werden können. Finden Sie Klarheit über die Führungsaufgaben und erkennen Sie die Prioritäten in Ihrer neuen Rolle. Ein Must für alle, welche das Privileg haben, Teamleitung zu übernehmen.



1 Tag



Dr. Claude
Heini



monatlich



CHF 980

Persönlichkeit führt!



Wie Haltung, Werte und Soft Skills den Unterschied machen

Führung ist mehr als Kennzahlen und Zielvorgaben – sie beginnt bei Ihnen. Ihre Haltung, Werte und sozialen Fähigkeiten prägen, wie Sie wahrgenommen werden. Gewinnen Sie Klarheit über Ihre Rolle, stärken Sie Ihre Authentizität und lernen Sie, wie Empathie, klare Kommunikation und Sinnorientierung Ihre Führungswirkung stärken. So schaffen Sie vertrauensvolle Beziehungen, motivieren Ihr Team und erreichen gemeinsamen, nachhaltigen Erfolg.



1 Tag



Christina
Weigl



15.04.
12.05.
22.06.
28.09.



CHF 950

Führen ohne Vorgesetztenfunktion

Zusammenarbeit auf Augenhöhe

Führen Sie Projekte oder ein Team ohne in einer hierarchischen Vorgesetztenrolle zu sein? Der Umgang mit dieser Herausforderung kann erlernt und mit natürlicher Autorität, Selbstbewusstsein und Vertrauen bewältigt werden. Erfahren Sie mehr über die Erfolgsfaktoren des lateralen Führens und erhalten Sie professionelle Anregungen zu Ihrer persönlichen Situation.



1 Tag



Barbara
Maria Buzzi



23.04.
05.06.
03.07.
27.08.



CHF 950

Weiterbildungen auf Anfrage



**Projektmanagement
Crashkurs**



**Mitarbeitendengespräche
führen**



Change Projekte



**Schwierige
Mitarbeitende führen**



Agile Führung



**Kündigungsgespräche
führen**



Agile Workhacks

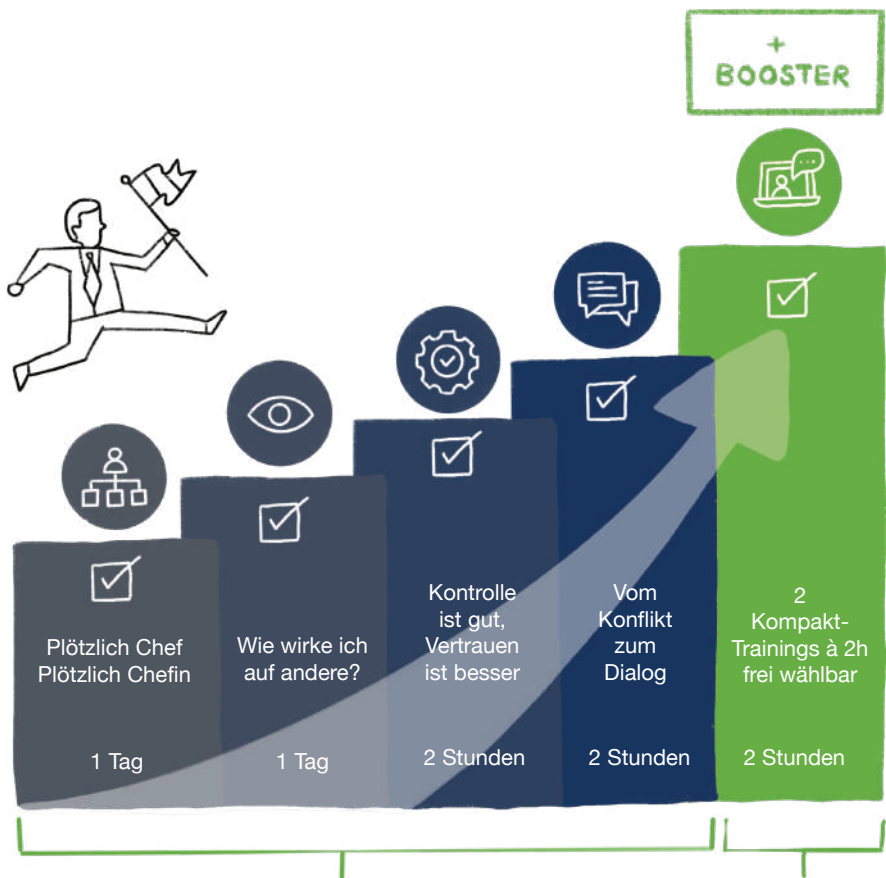


New Leader Package



Sie möchten Ihren angehenden Führungskräften die perfekte Unterstützung für den Einstieg in die neue Rolle bieten?

Dann ist das New Leader Package genau das Richtige! Die Weiterbildungen stärken die Führungskompetenzen nachhaltig und verhelfen zum Reflektieren des eigenen Rollenverständnisses. Mit dem Booster ergänzen Sie Ihr "Paket" individuell und nach persönlichem Interesse und Bedarf.



Ihr Vorteilspreis: CHF 2'220
Sie sparen 300.-

CHF 2'790
Sie sparen 320.-

Persönlichkeitsentwicklung

	ENDLICH EFFIZIENT!	19
	ENDLICH EFFIZIENT MIT KI	19
	MUT ZUM NEIN SAGEN	20
	PERSPEKTIVENWECHSEL, DER BEFREIT	20
	AGIEREN STATT REAGIEREN	21
	ALARMSTUFE ROT!	21
	ENERGIE-CHECK IM ALLTAG	22
	RESILIENZ UND EFFIZIENZ MIT HEARTMATH®	23
	RESILIENZ DURCH SELBSTFÜHRUNG	23
	ZEITMANAGEMENT UND SELBSTORGANISATION	24
	MENSCH BLEIBT TRUMPF! IHRE STÄRKEN IM KI-ZEITALTER	25



Endlich effizient!



Zu wenig Zeit für zu viele ToDo's? Nehmen Sie das Steuer in die Hand und konzentrieren sich auf das Wesentliche. Wir zeigen Ihnen wie's geht. Vom Biorhythmus über Prioritätensetzung bis zur maximalen E-Mail-Effizienz. 10 Tipps, die Ihr Leben erleichtern! Einfach, konkret, praxisnah.



2 Stunden
online



Michèle
Marbach



monatlich



CHF 295

Endlich effizient mit KI



Künstliche Intelligenz (KI) kann den Arbeitsalltag spürbar vereinfachen – wenn man weiss, wie. Entdecken Sie alltagstaugliche KI-Hacks, mit denen Sie effizienter arbeiten, Routinen automatisieren und Zeit gewinnen. Nutzen Sie das Potenzial digitaler Tools, um sich auf das Wesentliche zu fokussieren und Ihren Arbeitsalltag «smarter» zu gestalten.



2 Stunden
online



Kai
Christen



05.03.
14.04.
09.06.
10.09.



CHF 295

Mut zum Nein sagen



Ständig verfügbar, stets hilfsbereit – und wo bleiben die eigenen Grenzen? Wer sich zu oft selbst zurücknimmt, riskiert Überlastung und innere Unzufriedenheit. Stärken Sie Ihre Fähigkeit zur Abgrenzung und setzen Sie klare Prioritäten – ohne schlechtes Gewissen, dafür mit Wirkung. Sie gewinnen Klarheit, Selbstachtung und ein gesundes Gleichgewicht zwischen Arbeit und Ihrem Privatleben.



2 Stunden
online



Mathias
Steffen



monatlich



CHF 295



Perspektivenwechsel, der befreit



Manchmal stehen wir uns selbst im Weg – mit Gedanken, die uns klein halten oder bremsen. Entdecken Sie, welche Überzeugungen Sie behindern, und wie Sie diese Schritt für Schritt lösen können. Sie lernen, Ihre Gedanken bewusst zu lenken, neue Perspektiven zu entwickeln und wieder mehr Vertrauen in sich selbst zu finden. So schaffen Sie Raum für mentale Stärke, Zuversicht und mehr Leichtigkeit im Alltag.



2 Stunden
online



Sandra
Bossi



07.01.
04.03.
03.06.
26.08.



CHF 295

Agieren statt Reagieren



Druck, Stress, heikle Situationen – jetzt entscheidet, ob Sie steuern oder gesteuert werden. Agieren statt Reagieren bedeutet, die Kontrolle zu behalten: Emotionen verstehen, einen klaren Kopf bewahren und bewusst handeln. Entdecken Sie, wie Sie sich in entscheidenden Momenten spüren, präsent bleiben und klar kommunizieren – im Job und darüber hinaus.



2 Stunden
online



Daniela
Boxler



monatlich



CHF 295



Alarmstufe rot!



Aggression, Drohungen und verbale Angriffe gehören für viele Berufsgruppen zum Alltag – und fordern schnelles, souveränes Handeln. Entwickeln Sie Verständnis für die Entstehung und Dynamik aggressiven Verhaltens und lernen Sie, wie Sie deeskalierend reagieren, Grenzen setzen und sich selbst schützen. So stärken Sie Ihre Präsenz und handeln auch in schwierigen Situationen mit einem klaren Kopf.



2 Stunden
online



Michi
Sieber



monatlich



CHF 295



Energie-Check im Alltag



Der Alltag fordert – körperlich, mental und emotional. Umso wichtiger ist es, unsere Erholungsinseln zu erkennen und gezielt zu nutzen. Entlarven Sie Ihre individuellen Energieräuber und entdecken Sie neue Perspektiven im Umgang mit Belastungen. Mit einer bewussten Alltagsgestaltung und auserwählten Energiespendern stärken Sie Ihr inneres Gleichgewicht und tanken Kraft für das Leben und herausfordernde Zeiten.



2 Stunden
online



Melanie
Dekker



monatlich



CHF 295

Perspektivenwechsel für mehr Energie

Weekly
Hack

Gedanken kosten Energie – besonders dann, wenn sie negativ sind. Was Sie stresst, können Sie vielleicht nicht ändern.

Wie Sie darüber denken schon.

Wechseln Sie die Perspektive und gewinnen Sie so Energie!

- Was kann daran positiv sein?
- Was kann ich daraus lernen?
- Welche neuen Chancen entstehen daraus?

Für Tipps & Aktuelles folgen
Sie uns auf LinkedIn



Resilienz und Effizienz mit HeartMath®



Mit Atemtechnik und Herzrhythmus zu mehr
Gelassenheit und innerer Stabilität

Stress zeigt sich nicht nur im Kopf, sondern im ganzen Körper. Die HeartMath®-Methode stärkt gezielt den Herzrhythmus und das Nervensystem. Durch Emotionssteuerung gelingt es Ihnen, innere Balance herzustellen. Entdecken Sie einen zielführenden Zugang zur Stressregulation – wirksam, wissenschaftlich fundiert und alltagstauglich. Stärken Sie Ihre Widerstandskraft und gewinnen Sie Ruhe, Fokus und Gelassenheit im Alltag.



1 Tag



Christina
Weigl



15.01.
14.04.
09.06.
01.09.



CHF 950

Resilienz durch Selbstführung



Strategien für ein bewusstes Leben im Gleichgewicht

Resilienz beginnt mit Selbstführung. Wer sich selbst gut kennt, bleibt auch dann klar, wenn das Leben tobt. Erkennen Sie Ihre persönlichen Qualitäten, die Ihnen in herausfordernden Zeiten Halt geben und entdecken Sie Stärken sowie neue Perspektiven für ein Leben in Balance. Mit klarer Haltung und innerer Stärke gelingt Ihnen ein bewusst geführtes Leben – im Beruf und darüber hinaus.



1 Tag



Melanie
Dekker



24.02.
15.04.
07.07.
15.09.



CHF 950

Zeitmanagement und Selbstorganisation



Prioritäten setzen für effizienteres Arbeiten im persönlichen Berufsalltag

Die Arbeitswelt hat sich in vielerlei Hinsicht verändert. Darunter leiden oftmals das persönliche Stresslevel und der Blick fürs Wesentliche. Gutes Zeitmanagement und konsequente Eigenorganisation sind heute deshalb unverzichtbar. Analysieren Sie Ihren persönlichen Umgang mit Zeit und erhalten Methoden zur Strukturierung Ihres Alltages, um sich auf das zu konzentrieren, was zählt. Packen Sie die Chance, beruflich erfolgreich UND zufrieden zu bleiben.



1 Tag



Michèle Marbach
& Sandra Bossi
(alternierend)



monatlich



CHF 750



Mensch bleibt Trumpf! Ihre Stärken im KI-Zeitalter



Maschinen werden schneller, schlauer und präsenter – aber eines bleibt klar: Menschliche Stärken sind unersetzlich. Entdecken Sie, was Sie als Mensch ausmacht und wie Sie genau diese Qualitäten im Arbeitsalltag wirksam einsetzen. Ob Empathie, Kreativität, Haltung oder Verbindung: Gewinnen Sie neue Klarheit über Ihre Wirkung, um Ihre Einzigartigkeit im digitalen Wandel bewusst zu leben.



1 Tag



Sandra
Bossi



29.01.
05.05.
02.07.
03.09.



CHF 950

Weiterbildungen auf Anfrage

- ➔ **Stress Adieu!**
- ➔ **Selbstvertrauen ganz konkret**
- ➔ **Zeitmanagement im New Normal**
- ➔ **Aufschieberitis überwinden**
- ➔ **Kurswechsel im Kopf**



Kommunikation und Wirkung



KLARE SPRACHE 27
– BRINGEN SIE'S AUF DEN PUNKT!



WIE TICKT MEIN GEGENÜBER? 27



VON DER IDEE ZUR WIRKUNG 28

VOM KONFLIKT ZUM DIALOG 28

TELEFONTRAINING 29



**SPRACHE ALS BRÜCKE FÜR EIN GELINGENDES
MITEINANDER** 30

WIE WIRKE ICH AUF ANDERE? 30

SOUVERÄNITÄTSTRaining 31

Klare Sprache – bringen Sie's auf den Punkt!



Kommunikation ist ein täglicher Begleiter in allen Lebenslagen. Dennoch entstehen oft Missverständnisse und Fehler, die auf unklare Formulierungen zurückzuführen sind. Lernen Sie, sich durch kurze und präzise Formulierungen Gehör zu verschaffen. Erreichen Sie Ihre Ziele schneller, indem Sie Ihre Botschaften zielgerichtet und effektiv übermitteln.

Klare Sprache



2 Stunden
online



Kai
Christen



05.03.
14.04.
09.06.
10.09.



CHF 295

Wie tickt mein Gegenüber?



Zielorientiert kooperieren mit verschiedenen Persönlichkeiten? Erkennen Sie typische, menschliche Verhaltensmuster anhand des DiSG®-Modells und lernen Sie, wie Sie mit diesen wirkungsvoll kommunizieren und zusammenarbeiten – im Team, mit Kundschaft, Gästen oder Ihrer gewünschten Anspruchsgruppe. Für ein respektvolles, wertschätzendes und zielführendes Miteinander.



2 Stunden
online



Michèle
Marbach



monatlich



CHF 295

Von der Idee zur Wirkung



Gute Ideen entfalten nur dann Wirkung, wenn sie klar und überzeugend präsentiert werden. Erkennen Sie, wie Sie mit einfachen Modellen wie NABC und Elementen aus dem Storytelling, Inhalte strukturieren und Ihre Botschaften wirkungsvoll vermitteln – ob im Pitch, im Meeting oder in Präsentationen.



2 Stunden
online



Raphael
Furrer



monatlich



CHF 295

Vom Konflikt zum Dialog



Konflikte gehören zum Berufsalltag – entscheidend ist der Umgang damit. Um schwierige Situationen oder Konflikte erfolgreich zu meistern, sind Fingerspitzengefühl und eine professionelle Herangehensweise gefordert. Um Sicherheit in (Ihrer eigenen) Gesprächsführung zu gewinnen, arbeiten Sie an Haltung sowie Vorbereitung und entwickeln eine konkrete Strategie. Das Ziel: Vom Konflikt in einen echten Dialog kommen – konstruktiv, respektvoll und lösungsorientiert.



2 Stunden
online



Melanie
Dekker



monatlich



CHF 295



Telefontraining



So geht gutes Telefonieren

Am Telefon sind Ihre Mitarbeitenden “die Visitenkarte” Ihres Unternehmens. Mit sympathischer und zielgerichteter Kommunikation schaffen sie Vertrauen, stärken die Bindung und steigern somit deutlich den Erfolg. In diesem Training lernen sie, wie sie souverän auftreten, kundenorientierter kommunizieren und auch mit schwierigen Anrufen professionell umgehen.



4 Stunden



Michèle
Marbach



18.02.
23.04.
01.07.
25.08.



CHF 590



Auf Anfrage
auch Inhouse,
und in 2h

Sprache als Brücke für ein gelingendes Miteinander



Gewaltfrei kommunizieren mit dem GfK-Modell

Klare, wertschätzende Kommunikation ist die Grundlage für erfolgreiche Zusammenarbeit. Gewaltfreie Kommunikation (GfK) bietet ein strukturiertes Modell, um Bedürfnisse klar auszusprechen und somit Missverständnisse zu vermeiden. Stärken Sie Ihre Gesprächsführung und fördern Sie ein konstruktives Miteinander im Berufsalltag.



1 Tag



Reto
Wambach



21.01.
25.03.
08.05.
18.08.



CHF 950

Wie wirke ich auf andere?

Das Feedback-Seminar zu Ihrem Auftritt und Ihrer Wirkung

Nur wenn Sie wissen, welche Wirkung Sie auf andere erzielen, können Sie die eigenen Stärken gewinnbringend einsetzen. Der Abgleich vom Selbst- zum Fremdbild verhilft zu besserem Umgang mit Mitmenschen in jedem Lebensbereich. Steigern Sie basierend auf Ihrer DISG®-Persönlichkeitsanalyse Ihr Bewusstsein zu Ihrer Wirkung und verbessern Ihre Kommunikation mit sämtlichen Anspruchsgruppen.



1 Tag



Michèle
Marbach



inkl. DISG® -
Profil im Wert von
CHF 150



27.01.
16.04.
30.06.
03.09.



CHF 950

Souveränitätstraining

Authentisch bleibenden Eindruck erzielen

Souveränes Auftreten vermittelt Klarheit, Präsenz und Durchsetzungskraft - besonders in entscheidenden Momenten. Wer sich klar positioniert, konkret kommuniziert und sich authentisch zeigt, wirkt überzeugend und gewinnt an Einfluss. Durch die Arbeit an Sprache, Körperhaltung und innerer Haltung stärken Sie Ihre persönliche Präsenz und bleiben auch bei Gegenwind standhaft. So erreichen Sie Ihre Ziele mit mehr Selbstvertrauen und Wirkung.



1 Tag



Kai
Christen



10.03.
15.04.
10.06.
09.09.



CHF 950

Weiterbildungen auf Anfrage

- **Praxistraining Präsentation**
- **Kündigungsgespräche führen**
- **S.O.S. E-Mail**
- **Pimp my meeting**
- **Wirkungsvoll kommunizieren**
- **Telefon-Academy**



Human Resources



	KRISEN MIT LERNENDEN ÜBERWINDEN	33
	GENERATIONEN IM DIALOG	33
	LERNENDE WIRKUNGSVOLL FÜHREN UND FORDERN	34
	DIE LERNENDEN IM MITTELPUNKT	35
	KOMMUNIKATIVE DEESKALATION FÜR HR-VERANTWORTLICHE	36
	TEAM-RESILIENZ	36
	TEAM-WORKSHOP IM REICH DER TIERE	37
	SO TICKT MEIN GEGENÜBER – DISG® TEAMPROFIL	37
	WOW, DAS KANN KI?	38
	PROMPTEN MIT KI	38
	KI ALS PERSÖNLICHE ASSISTENZ	39
	GESPRÄCHE MIT HILFE VON KI VORBEREITEN	39

Krisen mit Lernenden überwinden



Konflikte, Motivationsprobleme oder persönliche Belastungen: Krisen gehören zur Realität in der Berufsbildung. Erfahren Sie Tipps und Tricks, wie Sie als Berufsbildnerin und Berufsbildner in herausfordernden Situationen den Überblick behalten, um Ihre Lernenden gezielt zu unterstützen und gemeinsam Lösungen zu finden.



2 Stunden
online



Monika
Domeisen



monatlich



CHF 295

Generationen im Dialog – Zusammenarbeit verstehen



Wenn Generationen aufeinandertreffen, prallen Werte, Arbeitsstile und Erwartungen aufeinander – und ermöglichen zugleich neue Chancen. Erkunden Sie, was junge Mitarbeitende bewegt, wie Sichtweisen durch die eigene Generation geprägt sind und welche neuen Formen der Zusammenarbeit in generationsübergreifenden Teams möglich werden. Sie gewinnen Impulse und Methoden, um im Arbeitsalltag Vertrauen und Motivation zwischen den Generationen zu fördern.



2 Stunden
online



Daniela
Boxler



monatlich



CHF 295

Lernende wirkungsvoll führen und fordern



Berufsbildung optimieren & Ausbildungserfolg steigern

Lernende sind nicht immer einfach zu führen. Ihre physische und psychische Entwicklung während der Lehrzeit macht den Umgang mit ihnen manchmal schwierig. Erfahren Sie, wie Sie Ihre Ausbildungsarbeit optimieren und Lernende erfolgreich zum Lehrabschluss führen. Durch das Bearbeiten konkreter Situationen erleben Sie ein sehr praxisnahes Seminar, welches sich direkt an Ihrem Alltag orientiert. Perfekt als Ergänzung zum obligatorischen BerufsbildnerInnen-Kurs und auch jederzeit zur Auffrischung.



1 Tag



Monika
Domeisen



27.01.
27.03.
23.06.
26.08.



CHF 950

Weiterbildungen auf Anfrage

- ➔ **Leistungsabfall bei Lernenden**
- ➔ **Online-Interviews smart führen**
- ➔ **Mitarbeitende der GenZ verstehen und motivieren**



Die Lernenden im Mittelpunkt



Lernende sind die Zukunft der Arbeitswelt. Umso wichtiger ist eine wirksame Begleitung beim Einstieg ins Berufsleben und im Verlauf ihrer Ausbildung. Mit Begeisterung unterstützen wir junge Menschen in ihrer (beruflichen) Entwicklung – und stärken damit Motivation, Selbstvertrauen und gegenseitige Bindung. Gerne beraten wir Sie zu passenden Themen, Formaten oder individuellen Angeboten.



Von der Schulbank in die Berufswelt

Verhaltensweisen für einen gelungenen Berufseinstieg



Gute Noten ohne Stress

Toolbox mit Lernstrategien für Lernende



Telefonieren wie ein Profi

So schaffen Lernende den besten Eindruck



Mit Begeisterung verkaufen

Professioneller Umgang mit KundInnen



1x1 der Selbstorganisation für Lernende

Zeitmanagement für einen erfolgreichen Start im Berufsleben



Power statt Panik

Emotionale Stärke für den Lernenden-Alltag



Dauer und
Preis auf Anfrage



ausschliesslich
Inhouse

Kommunikative Deeskalation für HR-Verantwortliche



HR-Fachpersonen sind oft erste Anlaufstelle bei Konflikten – und stehen dabei zwischen den Fronten. Umso wichtiger ist es, zu verstehen, was in emotional aufgeladenen Situationen innerlich passiert. Erfahren Sie, wie Sie in angespannten Gesprächen Ruhe bewahren und deeskalierend reagieren. Mit einfacher, wirkungsvoller Kommunikationstechnik gewinnen Sie Sicherheit, um in schwierigen Situationen Führungspersonen und Mitarbeitende souverän zu begleiten.



ab 2
Stunden



ausschliesslich
Inhouse



Preis und
Daten auf
Anfrage

Team-Resilienz



Teams, die zusammenhalten, kommen besser durch anspruchsvolle Zeiten. Stärken Sie gezielt die Resilienz Ihres Teams – dort, wo es am meisten bewirkt. Ob klare Rollen, gemeinsames Zielverständnis, offene Kommunikation oder lösungsorientierte und konstruktive Haltung – wir setzen dort an, wo Ihr Team Potenzial hat.



ab 4
Stunden



ausschliesslich
Inhouse



Preis und
Daten auf
Anfrage

Team-Workshop im Reich der Tiere

Ihr Event zur Stärkung der
Zusammenarbeit

Erfreuen Sie Ihr Team mit einem Tag der besonderen Art! Ob als Dankeschön, Teambuilding oder Spezialereignis: Inmitten tierischer Vorbilder entdecken Sie, was starke Zusammenarbeit und gute Kommunikation ausmacht. Erleben Sie Ihr Team in neuer Perspektive – mit einem Workshop, der inspiriert, bewegt und verbindet. Wir gestalten den Tag nach Ihren Bedürfnissen – Sie genießen, lernen und stärken den Teamgeist.



4 Stunden



ausschliesslich
Inhouse



Preis und Daten
auf Anfrage



So tickt mein Gegenüber – DiSG® Teamprofil

Der Anspruch an konstruktive Zusammenarbeit steigt – und genau darin liegt eine Chance: Erfolgreiche Zusammenarbeit lebt von Vielfalt. Im DiSG®-Teamtraining lernen Teilnehmende, unterschiedliche Denk- und Arbeitsstile im Team zu verstehen, gezielter zu kommunizieren und Stärken bewusst zu nutzen. Das fördert den Teamgeist, reduziert Missverständnisse und stärkt eine klare, wertschätzende Kommunikation.



4 Stunden



ausschliesslich
Inhouse



Preis und Daten
auf Anfrage

Künstliche Intelligenz

Wow, das kann KI?



Künstliche Intelligenz verändert wie wir arbeiten und bietet überraschend einfache Lösungen für viele alltägliche Aufgaben. Erhalten Sie einen verständlichen und praxisnahen Einstieg in die KI-Welt: Was möglich ist, was sinnvoll ist und worauf Sie achten sollten. Anhand konkreter Tools und Beispiele entdecken Sie, wie KI Sie im Alltag unterstützen kann – für praktisches Grundwissen rund um die Entwicklung Künstlicher Intelligenz.



2 Stunden
online



Erica
Sauta



monatlich



CHF 295



Prompten mit KI



Digitale AssistentInnen sind nur so gut wie die Menschen, die sie füttern. Das Zauberwort lautet Prompting: die Technik, Modelle wie ChatGPT, MS Copilot oder Google Gemini so anzuleiten, dass sie im Alltag echte Unterstützung bieten. Lernen Sie, Prompts klar, strukturiert und mit allen relevanten Informationen zu erstellen – und erhalten Sie Ergebnisse, die Ihren Erwartungen entsprechen.



2 Stunden
online



Erica
Sauta



monatlich



CHF 295



KI als persönliche Assistenz



Was wäre, wenn eine persönliche Assistenz im Hintergrund mitdenkt, organisiert und entlastet? Entdecken Sie, wie Sie mit KI-Unterstützung Ihren Arbeitsalltag vereinfachen – ob bei Notizen, Texten oder der eigenen Reflexion. Lernen Sie sofort anwendbare Tools für mehr Effizienz, Klarheit und kreative Freiräume kennen – digital unterstützt, persönlich wirksam.



2 Stunden
online



Dorothee
Töreki



monatlich



CHF 295

Gespräche mit Hilfe von KI vorbereiten



Künstliche Intelligenz ist ein unterstützender Sparringpartner, wenn es um die Vorbereitung auf herausfordernde Gespräche geht. Erfahren Sie, wie KI Ihnen hilft, Ihre Ziele zu klären, Emotionen zu reflektieren und Formulierungen zu verfeinern. Sie gewinnen Sicherheit, Struktur und neue Perspektiven – für mehr Klarheit und Wirkung in anspruchsvollen Gesprächssituationen.



2 Stunden
online



Dorothee
Töreki



monatlich



CHF 295

Willkommen bei uns!

Kontaktieren Sie uns für Fragen, Anliegen und Beratung
rund um Weiterentwicklung.

Wir freuen uns, für Sie da zu sein!



Hier finden Sie unser gesamtes Weiterbildungsangebot



ZweiStunden - Wissen kurz&bündig GmbH
Seefeldstrasse 4 • 8008 Zürich
Tel. 044 557 49 50 • info@zweistunden.ch

Weiterbildung, die wirkt!
So individuell wie Sie und Ihr Unternehmen.

- Der Mensch im Zentrum
- Interaktion garantiert
- Soft Skills als Schlüsselkompetenz für die Zukunft
- In der Kürze liegt die Würze
- Ihre Weiterbildungspartnerin des Vertrauens



ZweiStunden - Wissen kurz&bündig GmbH

Seefeldstrasse 4 · 8008 Zürich

044 557 49 50 · www.zweistunden.ch