



# ONLINE-AUSBILDUNG ZUM SOUL@WORK PROFESSIONAL

Werde zum Experten für eine menschengerechte Arbeitskultur!



# WIR HABEN EINEN TRAUM!

Immer mehr Unternehmen sollen „Soul@Work“ leben!  
Immer mehr Menschen sollen von Maßnahmen zur Förderung seelischer Gesundheit und Lebensqualität an ihrem Arbeitsplatz profitieren!

Deshalb haben wir das Soul@Work-Netzwerk gegründet. Es ist im Frühjahr 2012 im Zusammenhang mit der Entstehung des Buches „Die Bambusstrategie. Den täglichen Druck mit Resilienz meistern“ und den Erfahrungen der Autorin und Initiatorin Katharina Maehrlein aus ihrer Arbeit als Consultant, Trainerin und Coach erwachsen.

In über 20 Jahren Arbeit mit rund 30.000 Führungskräften hat Katharina erschreckend häufig hautnah erlebt, wie Menschen ihren Elan verloren, an Überlastungsphänomenen erkrankten und sich letztlich aus dem Unternehmen verabschiedeten.

Während der Arbeit am Buch verdichtete sich die Idee, mehr zu tun, als eine einzelne Person alleine schaffen kann. Das Netzwerk möchte mit seinen Maßnahmen und der Vernetzung unterschiedlichster Experten Lösungsansätze generieren, die Menschen und Organisationen so „stark wie Bambus“ machen und vor Demotivation, Resignation und Fehltagen aufgrund von psychischer Erschöpfung schützen.

Eine der Maßnahmen ist unsere Online-Qualifizierung zum Soul@Work Professional.  
**Wir glauben: Sie ist so nötig, wie nie zuvor!**





# INHALT

Die Ausbildung	4
Warum Soul@Work Professional?	8
Die 3 Module & ihre Inhalte	11
Zeitplan	22
Mögliche Abschlüsse & Zertifikate	23
Daten & Fakten	24
Alles schon drin!	25
Auf einen Blick	26
Zufriedene Kunden	28
Investition	30
Deine Trainerin	33
Kontakt & Anmeldung	35

# AUSBILDUNG ZUM **SOUL@WORK** **PROFESSIONAL**

***Berufsbegleitend & Online***

***24 Sessions in 12 Monaten***

***Ideal für Menschen in  
Unternehmen, die ihre  
Transformationskraft stärken und  
selbst zum Hebel der Veränderung  
werden wollen: Personal- /  
Organisationsentwickler, HR,  
Trainer, Coaches oder  
Führungskräfte***

In der Ausbildung zum Soul@Work Professional bekommst du wertvolle Impulse für eine menschengerechte Arbeitswelt und setzt dich mit fundierten Inhalten aus den Themenbereichen Resilienz, Achtsamkeit und Agilität auseinander.

In drei kompakten, virtuell durchgeführten Modulen erlebst du ein »Best-of« pragmatischer Ansätze, Tools und good Practices, mit deren Hilfe du in deinem individuellen Umfeld sofort wirksam werden und eine Soul@Work Arbeitskultur gestalten kannst.

Du entwickelst dein individuelles Soul@Work Konzept und beschäftigst dich schon von Beginn der Ausbildung an intensiv mit der praktischen Umsetzung der Inhalte in deinem individuellen Arbeitsumfeld.







Es ist ein wirklicher Praxisnutzen da, Ich kann viele Ideen mitnehmen. Das Eingehen auf persönliche Fragen und Probleme, die Fallbeispiele, die kleine Gruppe haben mir besonders gut gefallen.

Dorit Schrank, Nord LB





# ALLER GUTEN DINGE SIND DREI!

Im Post-Corona Zeitalter werden die Anforderungen immer vielschichtiger.

**Resilienz, Achtsamkeit und Agilität** sind dabei **die 3 wesentlichen Ressourcen** zur Gestaltung einer menschengerechten und gleichzeitig wettbewerbsfähigen Arbeitswelt und DIE Garanten dafür, Veränderungen dynamikrobust meistern und dabei erfolgreich wachsen zu können.

Diese Ressourcen aufzubauen und weiter zu entwickeln-  
**das schüttelt niemand einfach so aus dem Ärmel!**

Die Ausbildung zum Soul@Work Professional unterstützt dich dabei, dein Unternehmen, dein Team oder deine Workshopteilnehmer - und nicht zuletzt dich selbst - **fit für die Zukunft zu** machen.

# AGIL - SYSTEMISCH - IN DER PRAXIS BEWÄHRT

Du bestimmst die Agenda mit und wählst die Inhaltsschwerpunkte innerhalb des weit gefassten Ausbildungsrahmens selbstgesteuert aus.

Du beeinflusst den Umfang jedes Themas, das Tempo der Sessions und das Format für die einzelnen Übungen (z.B. »Machen wir das Einzel, als Gruppe oder im 2er-Austausch?«).

Du profitierst von über 20 Jahren Erfahrung der Ausbildungsleiterin als Organisationsentwicklerin, Trainerin und Coach und ihrem breiten thematischen Hintergrund an Fachwissen.

Du erlebst eine in zahlreichen Unternehmen praxiserprobte Kombination aus Neuropsychologie, Systemtheorie und erlebnisstarker Interaktion.

Du erweiterst dein Repertoire an Change-Kompetenzen und integrierst innovative Ansätze.

Du erlebst alle Tests, Übungen und Tipps "am eigenen Leib".

Du bekommst Sicherheit in der selbstständigen Anwendung der Tools, Tests und Übungen und wirst auf typische Herausforderungen, Fragen und Widerstände in der Anwendung der Tools vorbereitet.

Du probierst die Werkzeuge und Methoden unmittelbar während des Trainings in deiner täglichen Arbeitspraxis aus und verankerst so das Gelernte nachhaltig.

Du lernst, wie du Entscheider von den Themen überzeugst.

•

Du bekommst vertiefenden Input zur eigenen Bearbeitung.



WARUM

**SOUL@WORK PROFESSIONAL?**



# 72%

...der Beschäftigten arbeiten lieber in Unternehmen mit moderner Unternehmenskultur

Fast drei Viertel der 3.000 Arbeitnehmer, die das Beratungsunternehmen Königsteiner befragt hat, arbeiten lieber in Betrieben mit moderner Unternehmenskultur als in solchen, wo eher traditionelle Werte und Arbeitsabläufe vorherrschen.

***Als Soul@Work Professional bist du bestens gerüstet, positive Entwicklungen anzustoßen und in deinem individuellen unternehmerischen Kontext wirksam Einfluss auf die Unternehmenskultur zu nehmen.***

Quelle: managerSeminare 274, Januar 2021

# 50%

...der Arbeitnehmer freuen sich, ins Büro zurückzukehren

72 Prozent der Arbeitnehmer in Deutschland, Österreich und der Schweiz haben Anfang Mai 2020 laut einer Xing-Umfrage ganz oder teilweise im Homeoffice gearbeitet. Zurück möchten nicht alle...

***Als Soul@Work Professional sorgst du dafür, dass Menschen gerne und mit Leib und Seele arbeiten-ob an ihrem Arbeitsplatz oder im Homeoffice.***

Quelle: managerSeminare 274, Januar 2021

# 80%

...der Führungskräfte halten das Mitarbeiterwohl für das wichtigste Thema in Unternehmen

Laut der Befragung von 9.000 Führungskräften aus 119 Ländern steht das Thema Mitarbeiterwohl auf Platz 1 der HR-Themen, die in nächster Zukunft an Bedeutung gewinnen werden.

***Als Soul@Work Professional kannst du die Umstände vielleicht nur zum Teil ändern, aber du kannst Menschen zeigen, wie sie auch die stärksten Herausforderungen so meistern, dass es ihnen gut dabei geht.***

Quelle: Studie "Global Human Capital Trends", Deloitte, 2020

# 239%

... Zunahme der Fehltage aufgrund psychischer Erkrankungen von 1997 bis 2019

Die Zunahme der Arbeitsunfähigkeit wegen psychischer Erkrankungen ist seit Jahren die bei Weitem auffälligste Entwicklung- im gleichen Zeitraum lässt sich beim Krankenstand insgesamt kein vergleichbarer Aufwärtstrend beobachten!

***Als Soul@Work Professional hilfst du dabei, diesen Trend zu brechen, indem du Menschen dazu befähigst, eine hohe Widerstands- und Regenerationskraft gegen Druck, Stress Dauerchange und Krisen zu entwickeln.***

DAK-Psychoreport 2020



Im Rahmen von Folgemaßnahmen - resultierend aus einem Audit der F1-Kräfte  
unseres Hauses - haben wir Frau Maehrlein mit der Betreuung von zwei F1-  
Kräften betraut. Ich habe Frau Maehrlein als kompetente und auch in komplexen  
Situationen routinierte Partnerin kennengelernt. Ich kann die angenehme  
**Zusammenarbeit mit Frau Maehrlein jederzeit empfehlen.**



Christian Scheeren, Leiter Personal, ÖRAG Rechtschutz AG



# 3 MODULE BIS ZUM SOUL@WORK PROFESSIONAL

Jedes Modul besteht aus 4 Live Lern-Sessions  
à 4 Stunden plus 4 Live F&A-Sessions à 2 Stunden  
verteilt auf 4 Monate- alle online via Zoom.  
Alle von Katharina persönlich geleitet.

Die Zertifizierung zum Soul@Work Professional umfasst  
alle 3 Module mit insgesamt 12 Live Lern-Sessions  
à 4 Stunden plus 12 Live F&A-Sessions à 2 Stunden  
verteilt auf 12 Monate, ein Prüfungsmodul, in dem Du  
Feedback zu Deiner Abschlussarbeit bekommst und 1:1  
Coaching für die individuelle Umsetzung.



# SOUL@WORK BRAUCHT RESILIENZ

Resilienz ist die Widerstandskraft gegen Druck, Stress und Krisen und die Fähigkeit, nach Niederlagen, Rückschlägen und Misserfolgen schneller als andere wieder aufzustehen und weiter zu machen.

Um bei all den Veränderungen, die auf uns zukommen, krisenstabil, standfest und gesund zu bleiben, braucht es Resilienz als eine unentbehrliche Kernkompetenz.

Damit die VUKA-Welt (volatil, unsicher, komplex, ambivalent) Menschen nicht in die innere Kündigung oder gar in eine psychische Erkrankung treibt, braucht es Strategien, die Menschen zu reifen Persönlichkeiten mit einem zukunftsfähigem Mindset und innerer Stabilität entwickeln und geeignetes Werkzeug, um in Organisationen eine gesundheits- und resilienzfördernde Arbeitsumgebung zu schaffen.

# 30%

...der Mitarbeitenden und damit weniger als ein Drittel bezeichnen sich selbst als resilient.

Der Bedarf aufseiten der Mitarbeitenden ist offenbar groß, so eine Studie des Beratungsunternehmens Aon.

***Im Modul 1 bekommst du alle Strategien und Werkzeuge, die du brauchst, um die innere Stärke von Individuen, Teams, Organisationen und dir selbst zu entwickeln.***

Quelle:  
managerSeminare 274, Januar 2021



# MODUL 1 "RESILIENZ- PRACTITIONER"

Lerne, wie du innere Stärke entwickelst

## INKLUSIVE

- **Workshop-Design "Die Bambusstrategie"**
- Zertifikat mit der Bestätigung der Inhalte des Moduls und der Bezeichnung „Zertifizierter Resilienz-Practitioner“
- Die beiden Bücher von Katharina zum Thema
- Die Übungen, Tests und Checklisten aus den Büchern als PDF zur Verwendung in Deinen eigenen Veranstaltungen

## INHALT

- Die 11 Resilienzfaktoren
- Warnzeichen und Handlungsbedarf erkennen
- Test: Wie resilient bist du?
- Wie lässt sich Resilienz weiter entwickeln, um sowohl in der Arbeitspraxis als auch im gesamten Leben davon zu profitieren?
- Individuelle, Team- und Organisationale Resilienz
- Die Macht des Unterbewusstseins: die Arbeit mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM),
- ZRM im Changemanagement
- Schreckgespenst psychische Erkrankung: Psychische Gesundheit und Resilienz
- Wie Du Mitarbeiter stärkst
- Wann ist ein Mitarbeiter psychisch überlastet?



“

**Dass die Vögel der Sorge und des  
Kummers über Deinem Haupte fliegen,  
kannst Du nicht ändern.  
Aber dass sie Nester in Deinem Haar  
bauen, das kannst Du verhindern.**

CHINESISCHE WEISHEIT





# SOUL@WORK BRAUCHT ACHTSAMKEIT

Achtsamkeitsübungen helfen, neue neuronale Bahnen zu spüren – also beispielsweise zu lernen, dass Ausprobieren eine bessere Reaktion auf veränderte Ansprüche ist als ängstliches Beharren.

Wer Achtsamkeit praktiziert, gewinnt den Freiraum, um mit klarem Geist aus einer Vielzahl von Handlungsoptionen zu wählen, statt einfach blind den eigenen Impulsen zu folgen. Auch dann, wenn wir besonders gefährdet sind, in alte Automatismen zu verfallen – also beispielsweise unter Druck, Stress oder dem Einfluss von negativen Emotionen.

Arbeiten ist in der heutigen Zeit ohne dieses "Bewusstseinsmanagement" also kaum möglich, wenn man nicht verrückt werden möchte...

## ERGEBNISSE DER SAP UNTERSUCHUNG ZUM HAUSEIGENEN ACHTSAMKEITS PROGRAMM

Vier Wochen nach dem Kurs ist der Durchschnittswert bei »Freude & Wohlbefinden« um **6,5** Prozent gestiegen, beim Empfinden von »Sinn und Zufriedenheit« um **7,7**, bei »Konzentrationsfähigkeit« um **10** Prozent, und der Grad an mentaler »Klarheit und Kreativität« für die Entwicklung von neuen Ideen und Lösungen um **7,4** Prozent. Gleichzeitig ist das persönliche Empfinden von Überforderung und Stress um **5,2** Prozent gesunken.

***Lerne in diesem Modul, wie du mit Achtsamkeitstechniken Herausforderungen und Veränderungsprozesse gelassen meisterst.***

# MODUL 2 "MINDFULNESS- PRACTITIONER"

Erlerne die Strategie der  
aktiven Aufmerksamkeit

## INHALT

- Ergebnisse der neurowissenschaftlichen Forschung: faszinierende Effekte der Achtsamkeitspraxis
- Was ist, wie geht und was kann Achtsamkeit?
- Die 9 Kompetenzen die mit Achtsamkeitstechniken aufgebaut werden und wozu man diese brauchen kann.
- Experiment: „Jetzt konzentrier dich doch mal!“
- Unaufwändige aber effektiven Achtsamkeitsübungen, die ohne zusätzlichen Zeitaufwand in das tägliche Tun integriert werden können
- Praktische Übungen zum Training von emotionaler & mentaler Fitness
- Einführung in die Meditationspraxis

## INKLUSIVE

- **Workshop-Design "Achtsamkeit@Work"**
- Zertifikat mit der Bestätigung der Inhalte des Moduls und der Bezeichnung „Zertifizierter Mindfulness-Practitioner“
- Die Buch von Katharina zum Thema
- Die Übungen, Tests und Checklisten aus dem Buch als PDF zur Verwendung in Deinen eigenen Veranstaltungen





“

**Gefühle sind wie Besucher, begegne allen  
freundlich und lass sie wieder gehen,  
wenn es Zeit ist.**

PETER BEER



# SOUL@WORK BRAUCHT AGILITÄT

Agilität wird heute nicht mehr nur in der IT gelebt, auch andere Branchen sehen die Notwendigkeit und die Vorteile einer agilen Vorgehensweise.

Und immer mehr Menschen wollen agil arbeiten!

Denn agil arbeitende Mitarbeiter haben mehr Freiheitsgrade und Handlungsspielräume, da sie mehr als bisher selbst entscheiden können. Damit ist es DIE für Menschen artgerechte Arbeitsweise- allerdings nur dann, wenn man sie richtig einführt und anwendet!

Um wettbewerbsfähig und als Arbeitgeber attraktiv zu bleiben, wird es immer wichtiger, zu verstehen, was „agile“ in der Praxis bedeutet, wie agiles Arbeiten funktioniert und wie Agilität gelingen kann.

# 61%

...befürworten flache Hierarchien

10.000 Fach- und Führungskräfte wurden zu den verschiedenen Managementaspekten befragt, die sich hinter dem Begriff „Agiles Arbeiten“ verbergen. Die meisten Mitarbeiter heißen zwar die Methoden gut, nur ein Drittel von ihnen erkennt jedoch, dass diese in ihrem Unternehmen bereits Realität wären.

***In diesem Modul bekommst du nicht nur einen Überblick, was Agilität in all Ihren Facetten ausmacht, sondern vor allem praktisch anwendbare Tools und Tipps, um passend zum jeweiligen Umfeld mehr Agilität zu initiieren.***



# MODUL 3 "AGILE- PRACTITIONER"

Lerne, wie du mit Agilität die innovativen und kreativen Potenziale von Menschen freisetzt

## INHALT

- Was ist Agilität?
- Das Agile Manifest & Agile Prinzipien
- Die 3 Dimensionen von Agilität
- Wie starte ich eine agile Transformation?
- Typische Hürden und wie man sie überwindet
- New Leadership
- Selbstorganisierte Teams
- Das agile und digitale Mindset: was ist das konkret und wie kann ich es gezielt weiterentwickeln?
- Der Boden, auf dem Agilität gedeiht: Psychologische Sicherheit
- Agile Werte leben-so geht's: Die Arbeit mit dem Werte-Reflektor

## INKLUSIVE

- **Workshop-Design "Agile Werte leben"**
- Zertifikat mit der Bestätigung der Inhalte des Moduls und der Bezeichnung „Zertifizierter Agile-Practitioner“
- Das Buch von Katharina zum Thema
- Die Übungen, Tests und Checklisten aus den Büchern als PDF zur Verwendung in Deinen eigenen Veranstaltungen



“

**Das Leben besteht hauptsächlich darin,  
dass man mit dem Unvorhergesehenen  
fertig werden muss.**

JOHN STEINBECK







**„Dieses Seminar ist ein Meilenstein für uns gewesen, und Du warst ein Klasse-  
Coach, Inspiration und Vorbild für die neuen Erkenntnisse!“**

Susann Ritter | Management Assistant Europäische Zentralbank



# ZEITPLAN



## **MODUL 1 RESILIENZ PRACTITIONER**

15.03.21 - 14.7.2021



## **MODUL 2 MINDFULNESS- PRACTITIONER**

16.07.2021 - 15.11.2021



## **MODUL 3 AGILE PRACTITIONER**

17.11.2021- 16.03.2022

- Berufsbegleitend an Wochenenden oder unter der Woche in den Abendstunden online via Zoom
- Je 2 Termine im Monat in Absprache mit den Teilnehmenden
- Der erste und der letzte Termin sind zeitlich fest terminiert und finden jeweils von 17.00 -21.00 Uhr statt.



# MÖGLICHE ABSCHLÜSSE & ZERTIFIKATE

Jedes Modul ist in sich abgeschlossen.

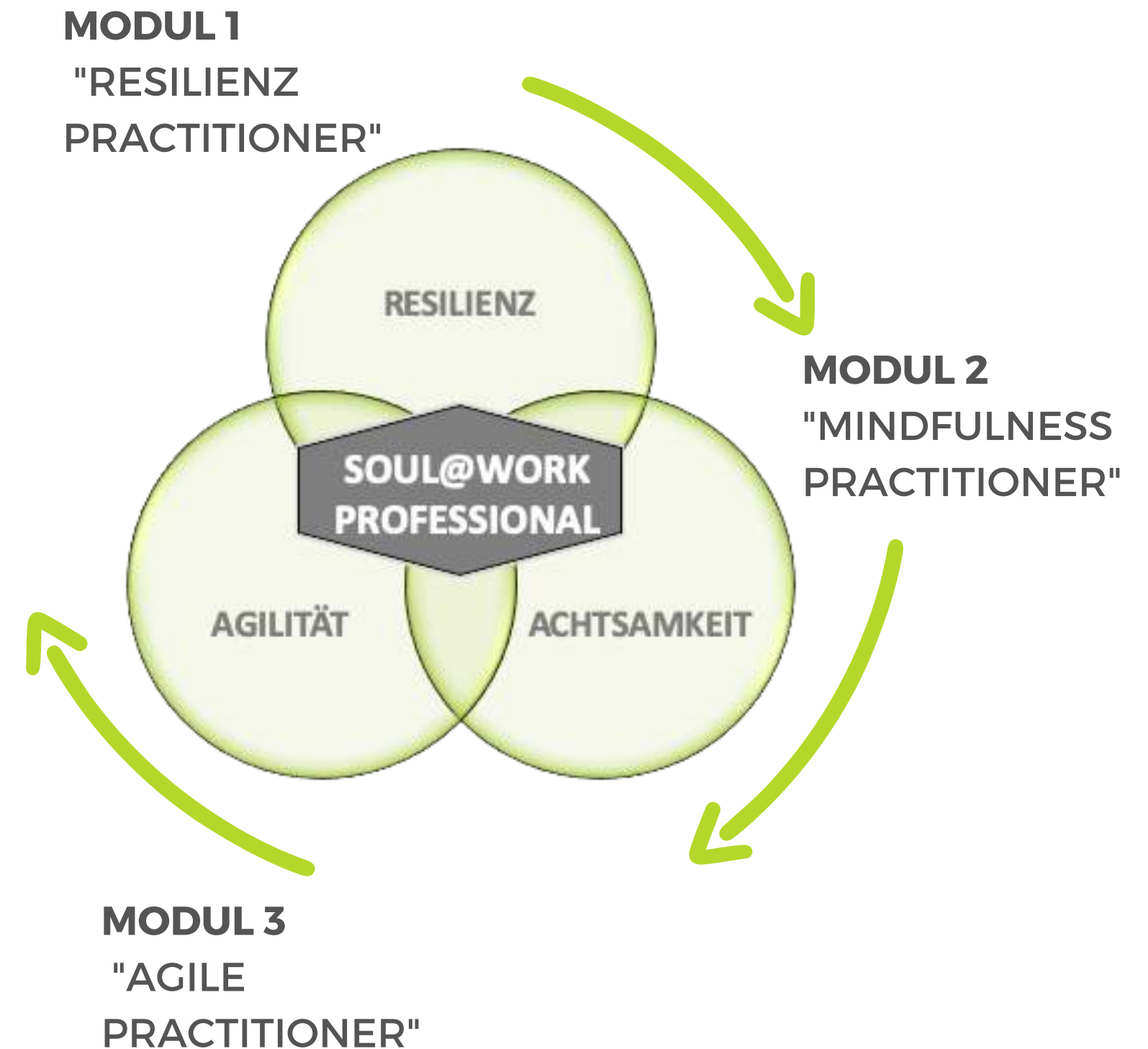
Dein Vorteil:

Du kannst mit dem Modul deiner Wahl starten oder auch nur ein einzelnes buchen.

Sobald du das gewählte Modul abgeschlossen hast, bekommst du ein Zertifikat mit der Bestätigung der Inhalte des jeweiligen Moduls und der Bezeichnung:

**„Zertifizierter Resilienz-Practitioner“ nach Modul 1**  
**"Zertifizierter Mindfulness-Practitioner“ nach Modul 2**  
**"Zertifizierter Agile-Practitioner" nach Modul 3.**

Wenn du die gesamte Ausbildung mit allen 3 Modulen abschließt, profitierst du von Extraleistungen ohne Zusatzkosten- unter anderem von einer in die Ausbildung integrierten 1:1 Umsetzungsbegleitung im Einzel-Coaching und bekommst das "große" Zertifikat als **Zertifizierter Soul@Work Professional.**



# Daten & Fakten

WAS?	GESAMTE AUSBILDUNG ZUM ZERTIFIZIERTEN SOUL@WORK PROFESSIONAL	TEILAUSBILDUNG ZUM ZERTIFIZIERTEN RESILIENZ, MINDFULNESS ODER AGILE PRACTITIONER
<b>Dauer</b>	12 Monate	4 Monate
<b>Umfang</b>	12 Live Lern-Sessions à 4 Stunden + 12 Live F&A -Sessions zur Ergänzung und Vertiefung à 2 Stunden	4 4
<b>Teilnehmer Anzahl</b>	<b>Durchführungsgarantie!</b> Findet ab 1 Anmeldung statt. Maximal 8 Teilnehmer.	4-8 Teilnehmer



# Alles schon drin!

In jedem Modul bekommst du zum Start die thematisch passenden **Bücher** von Katharina geschenkt und wirst für die jeweiligen Inhalte in der **Online-Akademie** freigeschaltet.

Dort kannst du dir die Modelle, Übungen, Tests und Checklisten zur **freien Verwendung** in deinen eigenen Veranstaltungen herunterladen, die Online-Sessions noch einmal ansehen und **Material zur Vertiefung und Ergänzung der Modulinhalte** zur eigenen Bearbeitung auswählen.

In jedem Modul bekommst du ein **komplettes Workshop- Design** mit allem, was du brauchst, um sofort loslegen zu können.

Die Ausbildung findet in kleinen Gruppen mit **maximal 8 Teilnehmenden** statt.

Wenn du dich für die gesamte Ausbildung entscheidest, profitierst du zusätzlich und ohne Aufpreis von:

- **6 x 1.5 Stunden persönliche Umsetzungsbegleitung** in Form von 1:1 Coaching,
- der Teilnahme an einer **exklusiven Gruppe** zum Erfahrungsaustausch
- einem ausführlichen **Feedback** zu deinem während der Ausbildung erarbeiteten Soul@Work Konzept im inkludierten **Prüfungs-Modul**.
- **2 Jahre Zugriff** auf alle Videomitschnitte und die Inhalte der Lernplattform



# Auf einen Blick

INKLUSIVE	GESAMTE AUSBILDUNG ZUM ZERTIFIZIERTEN SOUL@WORK PROFESSIONAL	TEILAUSBILDUNG ZUM ZERTIFIZIERTEN RESILIENZ, MINDFULNESS ODER AGILE PRACTITIONER
1:1 Coaching	✓ 6 x 1.5 h	⊖
Bücher als ergänzende Teilnehmerunterlage	✓ Alle	✓ Zum Modul gehörende
Akademie (Lernplattform)	✓ Gesamtes Material	✓ Zum Modul gehörendes
Workshop-Designs und Arbeitsmaterialien zur freien Verwendung	✓ Alle	✓ Zum Modul gehörende
Exklusive ERFA-Gruppe	✓	⊖
Prüfungs-Modul mit Feedback zum Konzept	✓	⊖
Maximal 8 Teilnehmer	✓	✓
Durchführungs-Garantie ab 1 TN	✓	⊖
2 Jahre Zugriff auf Mitschnitte + Akademie	✓	⊖
Zertifikat	✓ "großes" Zertifikat	✓ Zum Modul gehörendes







Liebe Frau Maehrlein, vielen Dank für das tolle Coaching! Ich habe in 3 Monaten alles erreicht, was ich mir vorgenommen habe. Sie haben mir mit Ihrer direkten, aber sehr herzlichen Art die Augen geöffnet und gezeigt, dass gerade Frauen, die fleißigen Lieschen, leider viel zu oft noch im Hintergrund viel stärker auf die typischen männlichen Status- und Machtspiele achten sollten. Und sich mehr zutrauen sollten- ich habe mich dank Ihrer Unterstützung getraut und alles erreicht. Ich kann Frau Maehrlein als besten Coach empfehlen.

A.L. Bereichleiterin, Südsalz AG



# ZUFRIEDENE KUNDEN A-I

## A

AbbVie Deutschland GmbH & Co. KG, ADAC Hessen-Thüringen e.V., Adam Opel AG, Akzo Nobel Coatings GmbH, AMB Generali Services GmbH, Akademie Heiligenfeld GmbH, Alcan Werke, ASB Lehrervereinigung gGmbH, Austrian Airlines, AVL Deutschland GmbH

## B

Balluff GmbH, Bank of New York, BDVT e.V. Der Berufsverband für Trainer, Berater und Coaches, Bethanien Kinderdörfer, Bildungswerk der Baden-Württembergischen Wirtschaft e.V., Biogen Idec GmbH, Bosch Thermotechnik GmbH, BSH Bosch Siemens Hausgeräte, BNY Mellon SA/NV

## C

CARL CLOOS SCHWEISSTECHNIK GMBH, Continental AG, ContiTech Fluid GmbH

## D

Deutsche Lufthansa AG, Deutscher Wetterdienst, DIS AG, Deutsche Telekom AG

## E

EADS (European Aeronautic Defence and Space Company), Europäische Zentralbank, Endress + Hauser GmbH & Co, Ev. Stift Alt- und Neu-Bethlehem

## F

Food affairs GmbH, Forschungszentrum Jülich GmbH, Forum Institut für Management GmbH, Freudenberg Sealing Technologies

## G

GEDIA Gebrüder Dingerkus GmbH, Gedia Automotive Group, Generali Versicherungen Deutschland, GPR Gesundheits- und Pflegezentrum gGmbH, Great Place to Work® Deutschland

## H

HansGrohe AG, Henkell & Co. Sektkellerei KG, Hewlett-Packard GmbH, HOIST GmbH,

## I

Immobilienverband Deutschland, Industrie-Institut für Lehre und Weiterbildung Mainz eG, Infracore GmbH & Co. Höchst KG, Institut der deutschen Wirtschaft Köln e.V., IVD Region Mitte e.V.,



# ZUFRIEDENE KUNDEN J-Z

## J

JP Morgan Fleming Asset Management

## K

Karlsruher Institut für Technologie (KIT) , Klinikum Darmstadt,  
Kreisverwaltung Mainz-Bingen

## L

Landeshauptstadt Wiesbaden, Amt für Soziale Arbeit, Abteilung  
Kindertagesstätten, Lehmanns Media GmbH, Liebherr  
Hausgeräte GmbH, Liveplus eventmarketing GmbH, Lohmarer  
Institut für Weiterbildung, Deutsche Lufthansa AG

## M

Management Circle AG, Microm AG (Bertelsmann Tochter),  
Miele, Mercedes AMG

## N

NEFF GmbH, Nord LB,

## O

ÖRAG Rechtsschutz,  
Opel Automobile GmbH

## P

Pepsico

## R

Rohde & Schwarz GmbH & Co.KG, Rütgers Infratec GmbH

## S

Salzburg AG, Sanofi-Aventis Deutschland GmbH, Schott AG,  
Schulte Innenausbau GmbH, Sparkasse Hannover, Stadtwerke  
Krefeld, Südwestdeutsche Salzwerke AG

## T

Tchibo GmbH, Technische Universität Darmstadt,

## U

Unfallversicherung Bund und Bahn, Universitätsklinikum  
Mannheim GmbH

## V

vlf Verband für landwirtschaftliche Fachbildung

## W

wetreu Nord KG Steuerberatungsgesellschaft,  
Wirtschaftsjunioren Wiesbaden

## Z

ZF Lenksysteme GmbH, Zurich Versicherungsgruppe  
Deutschland



# Deine Investition

## ALLE 3 MODULE

ZERTIFIZIERTER  
SOUL@WORK PROFESSIONAL

**6.860 €**

bei Gesamtzahlung vor dem Start  
der Ausbildung

Du sparst 580 € gegenüber der  
monatlichen Ratenzahlung

**12 x 620 €**

bei monatlicher Ratenzahlung

## EIN EINZELNES MODUL

ZERTIFIZIERTER  
RESILIENZ, MINDFULNESS ODER AGILE  
PRACTITIONER

**2.420 €**

bei Gesamtzahlung vor Beginn des  
gewählten Moduls

Du sparst 300 € gegenüber der  
monatlichen Ratenzahlung

**4 x 680 €**

bei monatlicher Ratenzahlung

Alle Preise zuzüglich der gesetzlichen MwSt.



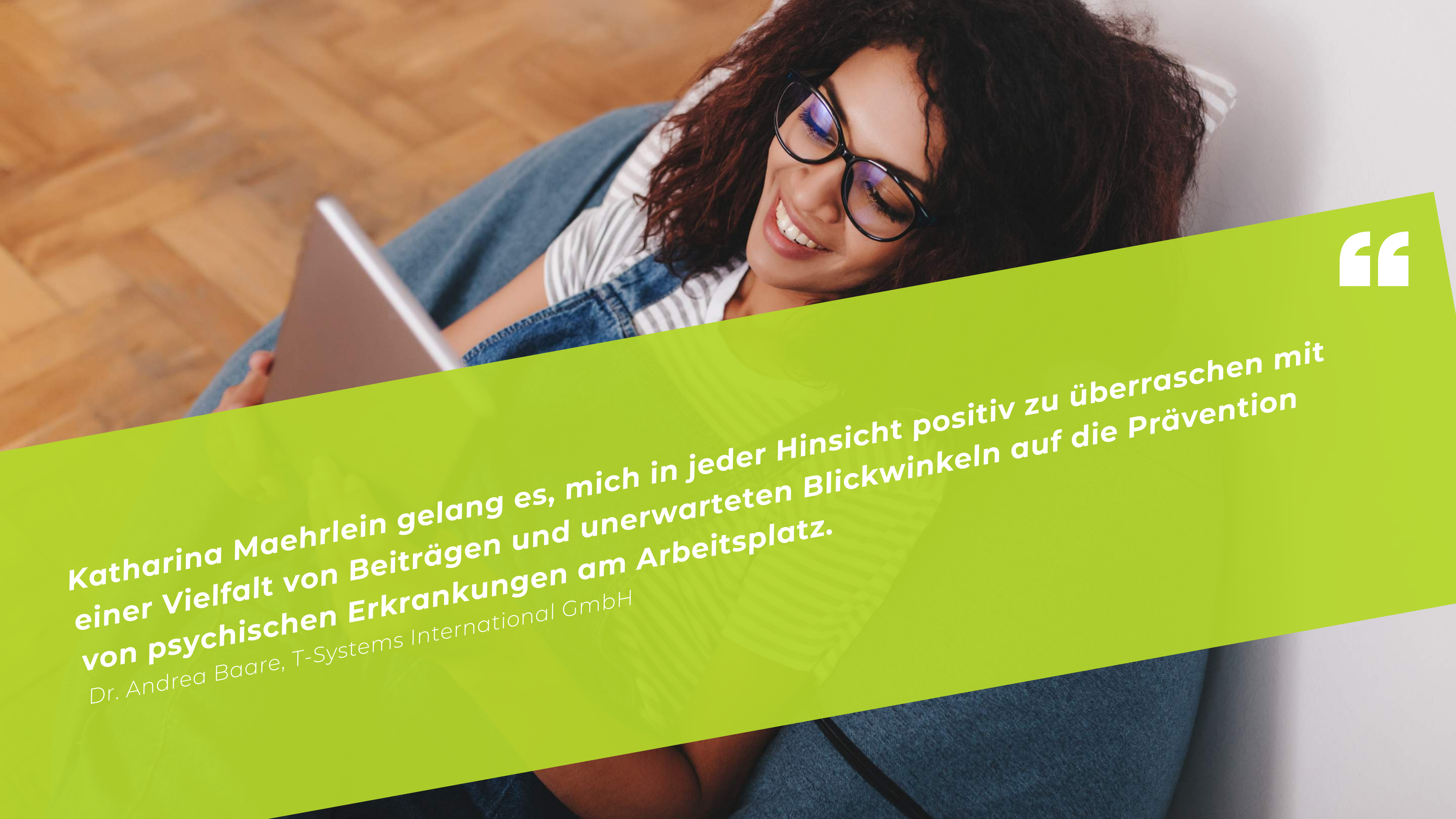


# AUCH DAS GEHÖRT ZU SOUL@WORK: SONDERKONDITIONEN

Als **gemeinnützig anerkannte Organisationen** zahlen nur **40 % des Preises** für unser Angebot. Die restlichen 60 % verbuchen wir als Leistungsspende. Dabei vergeben wir bis zu 20% der verfügbaren Plätze zu diesen Konditionen. Voraussetzung für die Gewährung der Leistungsspende ist die Ausstellung einer Spendenquittung. Das Spendenmodell gilt auch für Inhouse-Leistungen, die nach Tagessatz abgerechnet werden. Die Anzahl der Tage, die wir dafür zur Verfügung stellen sind auf 10% der pro Jahr leistbaren Tage limitiert. Wenn Du die Leistungsspende in Anspruch nehmen möchtest, prüfen wir gerne, ob wir noch Kapazitäten dafür haben. Sprich uns gerne darauf an!

**Werden Rabatte gewährt, wenn wir mit mehreren Teilnehmern kommen?** Ja, wenn 3 Kollegen teilnehmen, bedanken wir uns mit 10 % Nachlass auf den Normalpreis. Wenn mehr als drei Kollegen Interesse an der Teilnahme haben, sollten wir über ein Inhouse-Angebot sprechen.





**Katharina Maehrlein gelang es, mich in jeder Hinsicht positiv zu überraschen mit einer Vielfalt von Beiträgen und unerwarteten Blickwinkeln auf die Prävention von psychischen Erkrankungen am Arbeitsplatz.**

Dr. Andrea Baare, T-Systems International GmbH



# DEINE TRAINERIN

Katharina Maehrlein, Beraterin, Certified Scrum Master und Agile Culture Coach, ist Expertin für die Themen Resilienz, Achtsamkeit und Agilität, zu denen sie mehrere erfolgreiche Bücher geschrieben hat.

In den letzten 21 Jahren hat sie als Coach und Beraterin über 30.000 Führungskräfte aus Unternehmen vom Mittelstand bis zum Großkonzern dabei unterstützt, den täglichen Druck zu meistern und dabei ihre Mitarbeiter so zu führen, dass sie motiviert und leistungsfähig bleiben.

Mit charmantem Pragmatismus sorgt sie dafür, dass Führungskräfte und Mitarbeiter ihre Leistungskraft mit Leib und Seele einsetzen und auch unter Druck top performen können.

Daneben ist die Mutter von zwei erwachsenen Töchtern und doppelte Großmutter auf vielen Lebens Bühnen zu Hause:

Sie war Geschäftsführerin einer erfolgreichen Unternehmensberatung, lehrte an der Hochschule Rhein-Main im Fachbereich International Business Administration das Fach Personalmanagement, begeistert als gefragte Vortragsrednerin, Trainerin und Coach und ist Initiatorin des Soul@Work Netzwerks, das sich für die Förderung von psychischer Gesundheit und Lebensqualität in der Arbeitswelt einsetzt.

Ihre Energie lädt sie regelmäßig mit Yoga, Meditation und Achtsamkeitspraxis auf und lebt mit Hund und Pferd in Heidenrod bei Wiesbaden.

[www.katharina-maehrlein.de](http://www.katharina-maehrlein.de)  
[www.soulatwork-netzwerk.de](http://www.soulatwork-netzwerk.de)  
[www.resilienz-yoga.de](http://www.resilienz-yoga.de)





Maehrlein



**Proven Expert**

Kundenbewertungen



**SEHR GUT**



**100% Empfehlungen**

*Frau Maehrlein bringt die wichtigen Dinge auf den Punkt und kann durch ihre zahlreichen Qualifikationen auf ein umfangreiches Skillset an Methoden zurückgreifen.*

04.07.20

84 Bewer





## JETZT ANMELDEN?

Wenn du dir jetzt einen von maximal 8 Plätzen sichern möchtest, sende einfach eine Email an: [kontakt@saw-netzwerk.de](mailto:kontakt@saw-netzwerk.de). Auf der nächsten Seite findest du eine kleine Vorlage mit den Informationen, die wir von dir brauchen, um dich korrekt einzubuchen. Du kannst die Angaben formlos direkt in deinen Mailtext an uns schreiben oder die ausgefüllte Vorlage entweder einscannen oder abfotografieren und in den Anhang deiner Mail packen. Wir melden uns schnell mit der Bestätigung und der Info, ob noch ein Platz frei ist.

## NOCH FRAGEN?

Du bist dir noch nicht ganz sicher und möchtest dich erst noch beraten lassen oder Fragen klären? Katharina nimmt sich gerne Zeit für dich. Vereinbare gerne einen Telefontermin mit ihr unter der Telefonnummer [+49 170. 29 83 678](tel:+491702983678)

# ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Fortbildung an:

- Zertifizierter Soul@Work Professional vom 15.03.2021 - 16.03.2022
- Modul 1 "Zertifizierter Resilienz-Practitioner" vom 15.03. - 14.07.2021
- Modul 2 "Zertifizierter Mindfulness-Practitioner" vom
- Modul 3 "Zertifizierter Agile-Practitioner" vom

Ich wünsche Ratenzahlung:

- Ja
- Nein

<b>Vorname, Name:</b>	
<b>Unternehmen:</b>	
<b>Funktion:</b>	
<b>Rechnungsadresse:</b>	
<b>Telefon:</b>	
<b>E-Mail:</b>	

---

Ort, Datum

Unterschrift