aikido
am gleisdreieck, berlin
ulrike serak

TrainerSocietät Berlin

Presseinformation

„Die Energie des Angriffs nutzen, sich mit ihr verbinden und in eine gemeinsame, harmonische Bewegung münden lassen."

Nachhaltig Konflikte managen mit AIKIDO.
Das neue Seminarangebot von Trainer Societät und Aikido-Dojo am Gleisdreieck.

Konflikte können Unternehmen stärken und lebendig machen oder lähmen. Auf jeden Fall gehören sie zum Leben und zu unserem beruflichen Alltag dazu. Viele Kommunikationstrainer machen Konfliktbewältigung zum Gegenstand von Trainings oder Coaching. Keines der heute am Markt befindlichen Angebote ist jedoch dem neuen Seminar vergleichbar, das die TrainerSocietät Berlin in den letzten zwei Jahren entwickelt und erprobt hat.

"Nachhaltiges Konfliktmanagement mit AIKIDO" heißt die Methode und sie ist eine Koproduktion zwischen dem renommierten Berliner Beratungsunternehmen und dem AIKIDO-Dojo am Gleisdreieck Berlin. Ina Jachmann (TrainerSocietät Berlin) und Ulrike Serak (Aikiodo-Dojo Gleisdreieck) ließen sich bei dieser gemeinsamen Entwicklung von einer Diplomarbeit inspirieren, die Maria Thiemer an der Berliner Hochschule für Technik und Wirtschaft, Lehrstuhl von Prof. Dr. Prümper erarbeitet hatte. Mit ihrer empirischen Untersuchung belegte die Diplom Kauffrau, dass es möglich ist, die Erfahrungen aus dem körperlichen Training unmittelbar auf die Gesprächsebene zu übertragen und dass fernöstliche Kampfkünste den Erwerb sozialer Kompetenzen fördern.

Das neue Seminarangebot „Konfliktmanagement mit AIKIDO" verbindet die körperliche Erfahrung des Angreifens und Angegriffen Werdens mit der Einübung adäquater geistiger Haltungen. Ziel des Trainings ist ein angstfreier, produktiver und spielerischer Umgang mit Konflikten im betrieblichen Alltag. Angriffe werden entsprechend der AIKIDO-Prinzipien nicht als Kampfansage aufgefasst, sondern als „Energiegeschenk" und Beziehungsangebot. Die Teilnehmer erweitern in dem zweitägigen Seminar theoretisch und praktisch ihre Handlungsspielräume. Spielerisch üben sie Konflikt-Haltungen und erwerben so die Kompetenz, Auseinandersetzungen für sich und andere produktiv zu gestalten.

In vielen asiatischen Kulturen wird der „Kampf" zur Kunst erhoben. Das Einüben praktischer Kampftechniken wird mit dem Training der Wahrnehmung und des Bewusstseins verbunden. Man weiß dort aus Erfahrung, was die Lernforschung inzwischen wissenschaftlich belegt: Sind beim Training nicht nur der Kopf, sondern auch der Körper und das Gefühl beteiligt, lernen wir besser und intensiver.

Aikido Dojo am Gleisdreieck gGmbH

Tempelhofer Ufer 36
10963 Berlin
Geschäftsführerin
Ulrike Serak
Telefon 030 / 261 456 4
E-Mail ulliserak@cityweb.de
Internet www.aikido-dojo-gleisdreieck.de

TrainerSocietät Berlin

Johann-Georg-Str. 6
10709 Berlin
Geschäftsführerin
Ina Jachmann
Telefon 030 / 398 858 18
E-Mail i.jachmann@tsberlin.de
Internet www.tsberlin.de

Während des Seminars „Konflikte nachhaltig managen“, das auch an Wochenenden angeboten wird, wechseln die Teilnehmer zwischen Theorie und Aikido-Praxis. Neues theoretisches Wissen über Konflikte und Kommunikation kann in AIKIDO-Bewegungen übersetzt werden und umgekehrt. Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung werden so zum Bestandteil einer wachsenden Verhaltenskompetenz.

Wesentliche AIKIDO Prinzipien, die der Methode zugrunde liegen, sind: Angriffe werden nicht als „Kampfansage“ aufgefasst, sondern als „Energiegeschenk“. Die (in den Konflikt) eingebrachte Energie wird genutzt, um „Angreifer“ und „Verteidiger“ in Übereinstimmung zu bringen. Es gibt weder Gewinner noch Verlierer, niemand nimmt Schaden, beide Seiten gewinnen.

Informationen zu den beiden Trainerinnen:

Ina Jachmann

Die Geschäftsführerin des renommierten Berliner Beratungsunternehmens hat nach ihrem Jurastudium bei verschiedenen Global Playern als Marketingleiterin gearbeitet und dort unter anderem umfangreiche Kenntnisse in abteilungs-übergreifender Prozessbegleitung gesammelt. Ina Jachmann verfügt über ein breites Spektrum an Methodenkompetenz. Sie ist neben ihrer Qualifizierung zur Kommunikationstrainerin zertifizierter systemischer Business Coach und Organisationsberaterin und derzeit in der Ausbildung zur Transaktionsanalytikerin. Ihre Kernkompetenzen liegen in den Bereichen Change Management, Systemische Organisationsberatung, Mitarbeiterführung und Coaching.

Ulrike Serak

Die Leiterin des AIKIDO-Dojo am Gleisdreieck Berlin hat als erste Frau in Deutschland 2006 den AIKODO-Grad „5. Dan“ erworben. Ulrike Serak begann ihren Weg als wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Musik- und Tanzpädagogik an der Sporthochschule Köln. Sie ist Diplomsportlehrerin und war Gastdozentin an der UDK Berlin im Studiengang „Zeitgenössischer Tanz, Kontext, Choreographie“. Seit einigen Jahren leitet Ulrike Serak die Aus- und Fortbildungen zum Thema Deeskalation beim Kammergericht Berlin. Zen-Unterweisungen erhält sie seit 1993 bei ihren jährlichen Aufenthalten als Laiennonne im Hosshinji-Kloster bei einem der anerkanntesten Zen-Meister Japans.

Aikido Dojo am Gleisdreieck gGmbH

Tempelhofer Ufer 36
10963 Berlin
Geschäftsführerin
Ulrike Serak
Telefon 030 / 261 456 4
E-Mail ulliserak@cityweb.de
Internet www.aikido-dojo-gleisdreieck.de

TrainerSocietät Berlin

Johann-Georg-Str. 6
10709 Berlin
Geschäftsführerin
Ina Jachmann
Telefon 030 / 398 858 18
E-Mail i.jachmann@tsberlin.de
Internet www.tsberlin.de