

consimo ist ein Dienstleistungszentrum im Sozialversicherungsbereich.  
„Für unsere Kunden und Auftraggeber erbringen wir Dienstleistungen in den Bereichen AHV- Ausgleichskasse, Familienausgleichskasse, berufliche Vorsorge und Berufsbildung in der ganzen Schweiz.“

## 5 Seminare zu je 2 Tagen „Achtsames Prozessmanagement“



Prozessspiel – Prozessmanagement erleben

### Inhalt des Seminars:

1. Idee achtsames Prozessmanagement
2. Prozessspiel mit Analyse
3. Übersicht Methode und Techniken Prozessmanagement
4. Achtsamkeit, Konditionierungen und Selbsterkenntnis

#### Achtsames Prozessmanagement

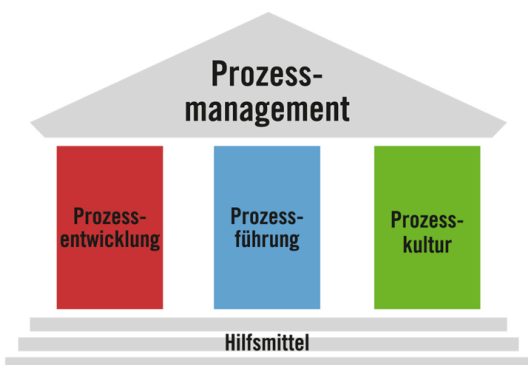
Umfasst bewusst gestaltete Arbeitsprozesse, die methodisch von der Strategie abgeleitet werden unter Berücksichtigung der Work-Life-Balance (Life-Domain-Balance) eines jeden Mitarbeitenden auf der Basis von Selbsterkenntnis.

Die drei Säulen des achtsamen Prozessmanagements sind Prozessentwicklung, Prozessführung und Prozesskultur. Wir befassen uns zuerst mit der Idee des Prozessmanagements und warum dies nicht schon überall umgesetzt ist. Die Teilnehmenden lernen dann wie aus der Strategie und Prozesslandkarte messbare und Mitarbeitenden-freundliche Prozesse abgeleitet werden können. Das im Seminar zentrale Prozess-Spiel lässt eindrücklich erleben, worum es geht. „Spielen ist der einzige Weg, etwas wirklich zu verstehen.“ Es geht nicht nur um die Techniken!



#### Kundenstimmen zum Seminar

- „Grossartig, wahnsinnig, einfach toll.“
- „Ich bin nach den 2 Tagen soooo müde, aber auch soooooo motiviert.“
- „Sehr angenehme Atmosphäre, die sich positiv auf den Lerneffekt auswirkt.“
- „Tolle Kursleitung und Aufbau.“
- „Interessant und abwechslungsreich. Das Einbringen der Komponente *Mensch* (=Achtsamkeit) fand ich toll. Habe echt profitiert“
- „Das Gesamtpaket mit Filmen, Spiel, Theorie und Lerngruppen fand ich sehr gut.“



- „Es war perfekt mit dem Seminarhotel ausser Haus. So konnte ich wirklich eintauchen.“
- „Vielfältige, interessante Beispiele; sehr motivierender Trainer.“
- „Superkurs:1A!!! Sehr motivierend.“

#### Achtsamkeit

Eine besondere Form der Aufmerksamkeit, die authentisch nach innen, stimmig nach aussen und bewusst ist. Achtsam handeln heisst, wirklich bewusst handeln.

#### Selbsterkenntnis

Erkennen, wer ich bin, was mich motiviert und wie ich mich mit welchen Entscheidungen und Handlungen in der Welt bewege. Der Prozess der Selbsterkenntnis umfasst die drei Phasen Achtsamkeit, Akzeptanz und Aktion.