

# tQ online 2023



**tangensQ** als renommierter Spezialist für die Weiterbildung von Fach- und Führungskräften bietet eine große Anzahl von **digitale Live-Seminaren** an. Dabei geht es uns nicht darum, Präsenzseminare möglichst 1:1 online umzusetzen. Wir sind der Meinung, dass das nicht geht. Die Lerninhalte und Methoden sind auf die digitale Welt angepasst.

Daher haben wir versierte Trainerpersönlichkeiten gefunden, die mit und für uns speziell abgestimmte Online-Formate aus den Bereichen

- **Persönlichkeitsentwicklung**
- **Führung**
- **Management**
- **Kommunikation, Präsentation und Verhandlung**
- **Change Management**

entwickelt haben. Auch in den digitalen Trainings setzen wir auf ein hohes Maß an Erlebnis- und Erfahrungsorientierung. Keine Sorge, dass wir Ihnen einfach wie im Frontalunterricht Wissen vermitteln!

**tQ inspiration** ist unser **3-stündiges Kurzformat**. Hier erlangen Sie einerseits „Quick Wins“ und bekommen andererseits erste Eindrücke in spannende und herausfordernde Themenwelten. Zuweilen finden Sie dann weiterführende Präsenzseminare, mit denen Sie tiefer in die jeweilige Materie eintauchen können.

Weiterhin bieten wir **neue Konzepte** an, die in der Regel 2x 3 Stunden dauern. Zum ersten Mal bietet **tangensQ** auch **englischsprachige Seminare** an, die entsprechend gekennzeichnet sind.

Wie Sie sehen werden, finden Sie in der Regel keine Termine zu den Seminaren.

**Ab drei Teilnehmerinnen und Teilnehmern führen wir ein Online-Seminar durch.**

Daher gibt es zwei Möglichkeiten: Sie haben bereits 3 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Sie zum Seminar anmelden möchten. Dann stimmen wir den Termin mit Ihnen ab, so dass Sie Wünsche äußern können. Danach bewerben wir das Seminar auf unserer Website.

Sollten Sie ein oder zwei Personen anmelden wollen, haben wir eine „Warteliste“.

Wir suchen dann nach weiteren Teilnehmenden und stimmenden den oder die Termine gemeinsam ab. **Zeitnah und passend.**

Für eine Anfrage nutzen Sie bitte unser Kontaktformular, schreiben eine E-Mail an [info@tangensq.de](mailto:info@tangensq.de) oder melden sich telefonisch unter 04131/22 38 995.



Kürzel	Titel	Untertitel	Dauer	Nettopreis in €	TN
<b>Persönlichkeitsentwicklung</b>					
PE-O 100	<b>tQ inspiration: Achtsamkeit in Beruf und Alltag</b>	Ruhe in sich selbst finden	3 Std.	350	12
PE-O 110	<b>Selbstführung *NEU*</b>	Das konstruktive Selbstgespräch	2x 3 Std.	550	12
PE-O 120	<b>tQ inspiration: Welcher Konflikttyp bin ich?</b>	Mein Konfliktverhalten	3 Std.	350	12
PE-O 130	<b>Persönlichkeit und Kommunikationsverhalten</b>	Wer spricht denn da?	2x 3 Std.	550	12
PE-O 140	<b>tQ inspiration: Umgang mit inneren Antreibern</b>	Welcher Stresstyp bin ich	3 Std.	350	12
PE-O 150	<b>Emotionale Intelligenz und Kommunikation</b>	Sozial- und Persönlichkeitskompetenz, Konflikte und effektive Gespräche	2x 3 Std.	550	12
PE-O 160	<b>Wirksame Entscheidungen herbeiführen</b>	Wie man in Entscheidungssituationen Einfluss bekommt	2x 3 Std.	700 inkl. KAIROS-Profil	12
PE-O 170	<b>Beratung von gestressten und/oder psychisch belasteten Mitarbeitern/-innen</b>	Ihre individuelle Einzelberatung	stundenweise	je 270	1
<b>Führung</b>					
FÜ-O 100	<b>Grundlagen Führung</b>	Grundlagen und Reflexion	2x 3 Std.	550	12
FÜ-O 110	<b>tQ inspiration: Führung im interkulturellen Kontext</b>	Einblicke in die kulturreflexive Kompetenz	3 Std.	350	12
FÜ-O 120	<b>Agil Führen in komplexen Welten *NEU*</b>	Handlungsrepertoire erweitern für Digitalisierung und VUCA-Welt	2x 3 Std.	550	12
FÜ-O 130	<b>Gesund führen</b>	Wie werde ich zur Führungskraft, die sich und andere gesund führt	2x 3 Std.	550	12
FÜ-O 140	<b>Virtuelle Führung</b>	Kontrolle vs. Vertrauen	2x 3 Std.	550	12
FÜ-O 141	<b>Virtual Leadership English seminar</b>	Control vs. Trust	2x 3 Std.	550	12
<b>Management</b>					
MA-O 100	<b>tQ inspiration: Einen Jahresabschluss lesen und verstehen</b>	Die wichtigsten Kennzahlen interpretieren	3 Std.	350	12
MA-O 110	<b>tQ inspiration: Einführung in die Kostenrechnung</b>	Kosten ermitteln und verrechnen	3 Std.	350	12
MA-O 120	<b>tQ inspiration: Einführung in das Controlling</b>	Struktur und Instrumente	3 Std.	350	12
MA-O 130	<b>tQ inspiration: Strategietools für Wege aus der Krise</b>	Unternehmens- und Marktstrategien	3 Std.	350	12
MA-O 140	<b>Vorteil Vielfalt</b>	Diversity Management: Diskriminierungsfreier Umgang im Unternehmen	3 Std.	550	12

Kürzel	Titel	Untertitel	Dauer	Nettopreis	TN
<b>Kommunikation, Präsentation und Verhandlung</b>					
KO-O 100	<b>tQ inspiration: Reden leicht gemacht</b>	Basiswissen Rhetorik: Grundlagen, Tipps und Tricks für die Praxis	3 Std.	350	12
KO-O 110	<b>tQ inspiration: Schlagfertigkeit</b>	Damit Ihnen nicht erst eine Stunde später eine Antwort einfällt	3 Std.	350	12
KO-O 120	<b>Konflikten vorbeugen und lösen mit der gewaltfreien Kommunikation</b>	Nicht-verletzend kritisches Feedback geben und Konflikte lösen	2x 3 Std.	550	12
KO-O 121	<b>Nonviolent Communication - Basics English Seminar</b>	Giving and receiving critical feedback and resolving conflicts in a nonviolent way	2x 3 Std.	550	12
KO-O 130	<b>tQ inspiration: Wie führe ich systematisch ein Konfliktgespräch?</b>	Besser ans Ziel	3 Std.	350	12
KO-O 140	<b>Virtual and intercultural communication in different contexts English seminar</b>	Switch styles, use media efficiently and build trust	2x 3 Std.	550	12
KO-O 150	<b>tQ inspiration: Online Meetings und Workshops moderieren</b>	Dos and Don'ts bei der Online-Moderation	3 Std.	350	12
KO-O 160	<b>tQ inspiration: Präsentation und Moderation</b>	Einblicke in die Grundlagen	3 Std.	350	12
KO-O 170	<b>Verhandeln in schwierigen Situationen</b>	Zum Win-Win-Erfolg in Verhandlungen	1 Tag	600	12
KO-O 180	<b>Verhandlungstypen und Manipulationen in Verhandlungen</b>	Verhandlungstaktiken für Gewinner	1 Tag	600	12
<b>Change Management Online</b>					
CM-O 100	<b>tQ inspiration: Die Veränderungskurve</b>	Sinnvolle Steuerung im Veränderungsprozess	3 Std.	350	12
CM-O 110	<b>tQ inspiration: Erfolg durch Veränderung</b>	Mit der Stakeholderanalyse Beteiligte verstehen und einbeziehen	3 Std.	350	12
CM-O 120	<b>Umfeld-Kraftfeldanalyse</b>	Förderliche und hinderliche Faktoren im Change-Projekt	2x 3 Std.	550	12
CM-O 130	<b>Die Gleicher-Formel - Widerstände im Veränderungsprozess</b>	Im Spannungsfeld zwischen Veränderungsenergie und Widerstand	2x 3 Std.	550	12
CM-O 140	<b>4-Felder-Analyse</b>	Wenn es im Change-Prozess so nicht weitergehen kann	2x 3 Std.	550	12
CM-O 150	<b>Change-Architektur - Komplexe Situationen eines Veränderungsprojekts</b>	Der vereinfachende Blick auf das Geschehen	2x 3 Std.	550	12
CM-O 160	<b>Evaluation eines Change-Projekts</b>	Nach dem Veränderungsprojekt ist vor dem Veränderungsprojekt	2x 3 Std.	550	12
CM-O 170	<b>Strategiearbeit mit dem GPA-Schema</b>	Ihre Werte, Teamwerte und Unternehmenswerte als Fundament in Change-Prozessen	2x 3 Std.	550	12
CM-O 180	<b>Führungs-Score-Card: Vom Ziel zur Aktion</b>	Der überraschende Blick auf die Nebenwirkungen	2x 3 Std.	550	12