

## Workshop



# Gesunde Führung und Mindful Leadership

Um ein Unternehmen erfolgreich zu führen braucht es eine Führungskultur mit fähigen Führungskräften. Diese zu entwickeln und erfahrene Vorgesetzte in ihrer Kompetenz als Leader zu fördern ist eine Kernaufgabe. Sie sind der Dreh- und Angelpunkt, um Mitarbeiter zu entwickeln, anzuziehen und an das Unternehmen zu binden. Und sie stehen schlussendlich für die Organisationsentwicklung, tragen Verantwortung für den Unternehmenserfolg.

Sehr vielfältig sind die Aufgaben, vor denen sie stehen. Es braucht eine gute Balance zwischen Einfühlungsvermögen und Durchsetzungskraft, Kompetenz in Kommunikation und Konfliktmanagement, Selbstführung und Fremdführung, sowie unternehmerischem Denken.

Ein „Mindful Leader“ weiß, wie sein persönlicher Führungsstil ist, welche Voraussetzungen für Motivation, Leistung und Erfolg vorliegen müssen. Er initiiert Change-Prozesse und steuert wirksame Mitarbeitergespräche zur Talent-Entwicklung. Er lebt die Ausgewogenheit zwischen Beruf und Freizeit. Er kennt seine Grenzen und seine Werkzeuge zur Selbststeuerung.

### Zielgruppe:

Führungskräfte, Nachwuchsführungskräfte

### Ziele

Manager oder Führungskraft

Mindful Leadership

Führungsstile

Persönliches Führungsverständnis

Schlüsselaufgaben

Selbstmanagement und Zeitmanagement

Kommunikationskompetenz

Konflikte erkennen, bearbeiten und vermeiden

Mitarbeitergespräche erfolgreich führen

Motivation, Leistung und Erfolg

Balance zwischen beruflichem und privatem Alltag

### Dauer und Kosten

4 Tage, € 2.600,- netto pro Teilnehmer inklusive ausführlicher Schulungsunterlagen sowie Pausengetränke und Mittagessen

## Agenda

- Basiswissen Führungskraft
- Manager – Führungskraft – Mindful Leadership
- Führungsstile und persönliches Führungsverständnis
- Selbstmanagement
- Zeitmanagement
- Kommunikationskompetenz
- Basiswissen
- Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg
- Empathie im Gespräch
- Mitarbeitergespräche und Feedback
- Konfliktkompetenz
- Konflikte und ihre Bedeutung
- Konfliktbewusstsein – Konfliktwahrnehmung
- Eskalationsstufen und passende Gegenmaßnahmen
- Chef\*innen-Sache: Mobbing
- Balance-Akt
- Ausgewogenheit leben
- Selbstwahrnehmung und Selbststeuerung
- Wer oder was bestimmt unser Handeln – gesteuert von der eigenen Software?