



Workshop: (2 Tage)

Selbsterkenntnis als Grundlage guter Führung:

„Alles fängt bei mir selber an“

Zielgruppe:

Führungskräfte, die sich bezüglich ihrer Führungswirksamkeit selbstverständlich hinterfragen und die die Entwicklung ihrer sozialen Kompetenzen nicht als abgeschlossen betrachten

Zielsetzung:

Innere Einstellungen und Emotionen prägen unseren Führungsstil. Mehr als wir denken! Sie wirken direkt und unvermeidbar auf Motivation und Engagement von Mitarbeitern. Wenn Vorgesetzte die entsprechenden Mechanismen kennen und nutzen, nehmen sie erfolgreich Einfluss auf ein gutes und effektives Betriebsklima. Dieser Workshop vermittelt Ihnen, wie Sie durch die richtige Einstellung zu Selbstreflexion an Achtung und Führungswirksamkeit gewinnen und erläutert leicht verständliche Methoden der Kommunikationspsychologie und der fernöstlichen Meditation, die Ihnen dabei helfen.

Themen und Inhalte:

- „Ich mach doch alles richtig!“ - Erkenntnisse aus der neurobiologischen Forschung
- „Wer bin ich?“ – Modelle und Methoden zur eigenen und ehrlichen Selbstreflexion
- „Wie sehe ich Dich?“ – Modelle und Methoden für ein konstruktives Feedback
- „Innere Einstellungen und Emotionen als Triebfeder unseres Handelns
- „Fakten, Fakten, Fakten?“ – Emotionen erkennen und für den Erfolg nutzen
- „Gar nicht transzendent!“ – Wie ausgewählte Aspekte und Übungen fernöstlicher Meditation bei der Selbstachtsamkeit und -reflexion helfen können

Methoden

Praktische Arbeit mit Kommunikationspsychologischen Modellen des Friedemann Schulz von Thun, Fallarbeit in Kleingruppen, Impulsvorträge, Erfahrungsaustausch, fernöstliche Meditation

Nach diesem Workshop ...

- können Sie sich in Ihren Einstellungen und Stärken besser einschätzen,
- wissen Sie, dass innere und äußere Konflikte stets auf einen „guten Kern“ zurückzuführen sind,
- schätzen Sie strukturiertes Feedback „in alle Richtungen“ als wesentliche Grundlage von Vertrauen und Motivation,
- kennen Sie einen von 5 Großmeistern (hanshi) japanischer Kampfkunst persönlich und
- können Sie dessen fernöstliche Meditationsübungen einsetzen, um Ihren Blick in schwierigen Situationen neu zu fokussieren.

Ansprechpartner

Jacobsen Nielsen Consult GbR - Hamburg - Kiel