



Ihr persönliches Bildungsangebot





Seminare


Seminarnummer: 1118

Achtsam führen: Innere Stärke und Klarheit für Führungskräfte

 Termin	25.11.2024 - 26.11.2024
 Abschluss	bbw Teilnahmebescheinigung
 Unterrichtsform	Seminar
 Dauer	2 Tage á 8 Stunden
Zeiten	08:30 - 16:30 Uhr
 Gebühr	890 €* <small>* Dieses Seminar ist von der Umsatzsteuer befreit.</small>

 Ansprechpartnerin	Jacqueline Lebe Tel.: 030/31005-130 Fax: 030/31005-120 Mail: jacqueline.lebe@bbw-akademie.de
--	---

 Veranstaltungsort	Charlottenburg, Haus der Wirtschaft Am Schillertheater 2 10625 Berlin
--	---

 Weitere Termine	27.01.2025 - 28.01.2025 2 Tage 08:30-16:30 Uhr
--	---

Perspektiven

In diesem Seminar erhalten Führungskräfte und Manager Anregungen, mit deren Hilfe sie ihr inneres Gleichgewicht stärken und ihr Verhalten - besonders in Belastungssituationen - sich selbst und ihren Mitarbeitern gegenüber - (positiv)verändern können.

Inhalte

Achtsamkeit ist ein Weg hin zu aktiver Selbstführung. Dieses Achtsamkeitstraining gibt dazu erste Impulse. Steigende Anforderungen an Führungskräfte durch tatsächlichen und wahrgenommenen Zeit-, Verantwortungs- und Erfolgsdruck führen dazu, dass sich Stress immer häufiger und unmittelbar auf das Führungsverhalten auswirkt. Nicht nur die Führungskräfte selbst müssen damit adäquat umgehen, sondern auch ihre Mitarbeiter.

In diesem Seminar erhalten Sie wertvolle Impulse, um Ihr inneres Gleichgewicht zu stärken und Ihr Verhalten, besonders in stressreichen Situationen, positiv zu verändern. Durch praxisorientierte Ansätze lernen Sie, wie Sie sich selbst und Ihre Mitarbeitenden besser unterstützen können, was zu einer effektiveren und erfüllenderen Führungsarbeit führt.

Die Seminarinhalte im Einzelnen:

- Gesunde und achtsame Führung
- Stress vs. Resilienz
- Selbst- und Mitarbeitenden Stressmanagement
- Wertorientierte Führung
- Balance zwischen Beruf und Privatleben



Zielgruppe

Dieser Workshop richtet sich an Führungskräfte aller Unternehmensbereiche, die ihre berufliche Handlungskompetenz durch Achtsamkeit und innere Ruhe auf ein neues Level heben möchten. Wenn Sie Ihre Führungsqualität verbessern und gleichzeitig Ihre eigene Balance finden wollen, ist dieser Workshop genau das Richtige für Sie.

Enthaltene Leistungen

Arbeitsunterlagen, gemeinsames Mittagessen und Getränke
