Weiterbildung
Berufsbegleitende Lehrgänge und Seminare

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 €* * Dieses Seminar ist von der Umsatzsteuer befreit.
Weitere Termine	27.01.2025 - 28.01.2025 | 2 Tage 08:30-16:30 Uhr

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

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