

Persönliches Leadership - kraft.raum

WEB-Seminar PL 1: Fokus auf Herausforderungen schärfen, Klarheit gewinnen

Standortbestimmung der Herausforderungen

- Die aktuellen und akuten Herausforderungen in der Corona-Krise definieren
- Priorisierung und Sortierung nach Hercules Prinzip

Reaktivität & Proaktivität

- Gestaltungsmodell für alle Lebensbereiche kennenlernen
- Prinzipien des proaktiven Handelns anwenden lernen

Positive Psychologie für den Alltag

- Aufmerksamkeit bewusst ausrichten
- Prinzipien der positiven Psychologie in den Alltag lernen zu integrieren
- Monitoring & Journaling

WEB-Seminar PL 2: Krise als Chance zur Transformation nützen

Erfolge feiern

- Aktualisierung der Herausforderungen – kleine Erfolge müssen auch gefeiert werden

Komplexität des Change- Managements

- Warum das Change Management oft nicht funktioniert
- Zwei Ebene der Transformation – Ablauf, Dynamik und Wechselwirkung

Transformation als eigene Fähigkeit

- Persönliches Veränderungspotenzial zu entfalten
- Die Veränderung/Transformation mutig anzugehen
- Monitoring & Journaling

WEB-Seminar PL 3: Widerstandsfähigkeit als Basis des Krisenmanagements

Krisenmanagement unter die Lupe nehmen

- Krise und Krisenmanagement mit der äußeren und inneren Ebenen betrachten
- Wechselwirkung der beiden Aspekte verstehen und gezielt einsetzen
- Kollektive und persönliche Krise in der Abhängigkeit zu differenzieren

Persönliche Widerstandsfähigkeit

- Ressource-Management durchblicken
- Persönliche Widerstandsfähigkeit stärken
- Perspektive für neue Handlungsräume gewinnen
- Monitoring & Journaling

WEB-Seminar PL 4: Sinnvollen Beitrag leisten, gemeinsam Zukunft gestalten

Sinnvollen Beitrag leisten

- Persönlicher und kollektiver Sinn, wie ist die Synchronisierung möglich
- Individuelle Positionierung und Haltung reflektieren und stärken
- Sinnvoller Beitrag definieren

Gemeinsam Zukunft gestalten

- Höhen und Tiefen Prinzip anwenden
- Persönliche und kollektive Tankstellen und präventives Verhalten aktivieren
- Monitoring & Journaling

Individuelle Beratung und Coaching für Ihre Praxis

marcela.semper@msc-ing.com

Umfang

4 x 90 min.

Seminargebühren

417,60 EUR inkl. MwSt. (360,00 EUR zzgl. MwSt.)

Format

- Online über das Programm Zoom als WEB-Seminar gestaltet
- Per Videoübertragung face to face, Direktfragen und Chat möglich
- Teilnehmerbegrenzung auf maximal 8 Teilnehmer, um optimalen Austausch zu garantieren
- Es ist unerheblich, mit welcher Seminarreihe Sie starten
- Die Seminarreihe Persönliches Leadership ist aufeinander aufgebaut. Es ist nur möglich beim ersten WEB-Seminar einzusteigen

Teilnehmer

Teilnehmerbegrenzung auf maximal 8 Personen, um optimalen Austausch zu garantieren

Trainer

Marcela Semper