

Führungskräfteentwicklungsprogramm „lead to excellence“ – für die obere Leitungsebene (OLE) – Basismodul 2

Selbstführung: Sich selbst führen – Potenziale nutzen

Inhalte – Ziele – Nutzen

Selbstführung bedeutet, Klarheit über die eigenen Motivationen, Bedürfnisse und Grenzen zu haben und die eigenen Verhaltens- und Interaktionsweisen daran zu reflektieren und auszurichten. Selbstführung ist kontextrelevant: Kommen Menschen zusammen, entstehen oft Spannungsfelder zwischen unterschiedlichen Bedürfnissen und Verhaltensweisen. Um uns in diesen Spannungsfeldern möglichst konstruktiv selbst zu führen, ist es hilfreich, einen guten Zugang zu den eigenen Bedürfnissen und Werten zu haben. Die Fähigkeit der Selbstführung hängt in großem Maße davon ab, wie wir unseren Verstand und unsere Sprache mit unseren Emotionen bzw. unserer Intuition in Einklang bringen. Sind diese Ebenen inkongruent, entstehen schnell Missverständnisse und Irritationen. Sind sie abgestimmt, sorgt das für Entspannung und fördert das gegenseitige Verständnis und einen guten Dialog.

Ziele:

- Unterscheidung Selbstführung vs. Selbstoptimierung
- Sensibilisierung für oftmals unbewusste Motive und Antreiber
- Mehr Klarheit über eigene Bedürfnisse, Werte, Grenzen und Ambivalenzen
- Mehr Bewusstsein über die (In-)Kongruenz der eigenen Botschaften
- Stärkung der Selbstwahrnehmung

Inhalte:

- Selbstführung als Basis von Führung
- Selbstführung versus Selbstoptimierung
- Persönliche Bedürfnisse, Muster und Grenzen
- Methodiken zum Identifizieren von eigenen Anteilen
- Kongruenz und Klarheit der eigenen Botschaften
- Emotionale Selbstverantwortung

Methodik: Einzel-, Kleingruppen- und Plenumsarbeit, Praxisbeispiele & Praxissimulationen und -beratung, Wissensimpulse durch Referent*in, erlebnisorientierte Übungen, Erfahrungsaustausch, Kollegiale Supervision, Feedback

Zielgruppe: Führungskräfte der oberen Leitungsebene

Trainer/in: Karoline Klanner, Steffen Gerber – Frischluft Beratung, Berlin

Termine und Seminarzeiten: 29./30.04.2020, Beginn erster Tag 09:00 Uhr, Ende zweiter Tag ca. 17:00 Uhr

Seminarort: Landhotel Rothenberg, Volpriehausen, <http://www.am-rothenberg.de>
Für Sie wird ein Einzelzimmer reserviert.

Ansprechpartnerin:

Frau Ulla Heilmeier M.A.
Tel: 64046
ulla.heilmeier@med.uni-gottingen.de