

Mindful Leadership

Achtsame Führung in der modernen Arbeitswelt



Inhalte

- Achtsamkeit in der Führung: Prinzipien und Bedeutung.
- Selbstreflexion: Emotionale Intelligenz und Selbstführung.
- Neurofeedback: Manuelle Techniken für Achtsamkeit.
- Achtsamkeitsrituale: Routinen in der Führung.
- Kommunikation: Präsenz, aktives Zuhören und Empathie.
- Erwartungen anderer: In Führungsprozesse integrieren.
- Teamführung: Vertrauen und Teamzusammenhalt fördern.
- Entscheidungsfindung: Klarheit und Ruhe.
- Stressbewältigung: Strategien und Resilienz.
- Konfliktlösung: Konstruktive Herangehensweisen.



Eckdaten

- Zeiten: 1. Tag: 10-17 Uhr, 2. Tag: 9-16 Uhr
- Städte: Münster, Hamburg, Berlin, Leipzig, München, Stuttgart, Frankfurt, Köln
- Auch Inhouse oder als Live-Online-Seminar
- Hotels: Stets in zentraler Lage oder mit guter Verkehrsanbindung



Lernziele

- Präsenz und bewusste Entscheidungen fördern
- Herausforderungen souverän meistern und Balance finden
- Teams empathisch führen und eine gesunde Kultur schaffen



Leistungen & Preis

- Individuelle Erwartungsabfragen
- Konzeptonorare
- Umfangreiche Seminarunterlagen
- 1250,- netto p.P. (bis zu 20% Nachlass bei mehreren Personen)
- Getränke & Mittagessen (in Präsenz)
- Intensives Training
- Zertifikat

SEMINARE

COACHINGS

BERATUNG



Expertise

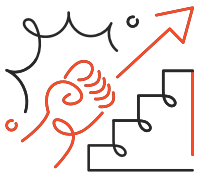
- Kommunikation & Rhetorik: Überzeugend auftreten und Gespräche führen
- Führung: Klassische, achtsame & digitale Führung
- Konfliktmanagement & Teamentwicklung: Konflikte bearbeiten, Teams stärken
- Persönlichkeitsentwicklung: Mentale Stärke, Resilienz, Work-Life-Balance
- Exklusive Themen: Train the Trainer, Rechtliche Grundlagen, Interkulturelles und vieles mehr



Mission

Bei uns gibt es keine Standardlösungen. Wir hören zu, verstehen Ihre Bedürfnisse und entwickeln maßgeschneiderte Seminare & Coachings, die genau darauf abgestimmt sind.

Unsere Mission: Mitarbeiter & Unternehmen darin zu stärken, nicht nur das „Was“, sondern vor allem das „Wie“ zu meistern – für nachhaltigen Erfolg in Kommunikation, Führung & Persönlichkeitsentwicklung.



Was uns besonders macht

- Erfahrene Experten – qualifizierte Trainer, Coaches, Psychologen und Mediatoren
- Eigene Methoden & Techniken – z.B. das Pontifex-Prinzip
- Über 30 Jahre Erfahrung in der Personalentwicklung



Lernen wir uns kennen

+49 251 207 55 33

mail@hc-seminare.de