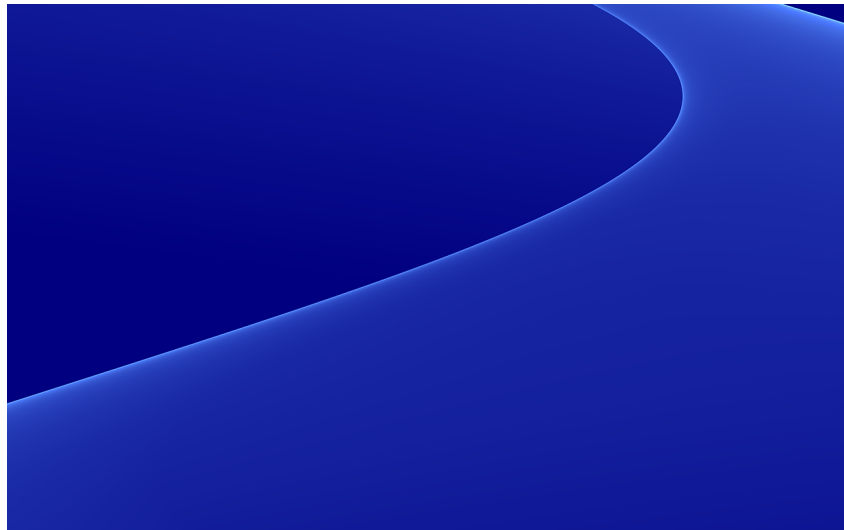




# Führen mit Bewusstsein und Klarheit

Wie kann Führung in einer zunehmend erschöpften Arbeitswelt gestaltet werden, damit wieder Sinn und Zuversicht entstehen?



Im Zeitalter von Stress, Burn-, Bore- und Brown-out, Präsentismus und einer abnehmenden Bindung an die Organisation steigen die Anforderungen an die Führung permanent. In einer erschöpften Arbeitswelt werden Vorgesetzte häufig zum Risikofaktor, da selbst die an sie gestellten Minimalanforderungen wie „berechenbar sein, Zeit haben für die Mitarbeitenden und diese nicht demotivieren“, nicht mehr eingehalten werden können.

Die zentrale Frage „wie komme ich weg vom Getriebensein hin zum aktiven, selbstbestimmten Gestalten“ stellt sich immer häufiger. Selbstermächtigung ersetzt das Ohnmachtserleben.

Die zunehmende Schnelligkeit und die steigende Komplexität sind weitere Herausforderungen. Die Antwort liegt nicht in der Eindeutigkeit, sondern in der persönlichen Resilienz.

Achtsames, bewusstes Handeln aus der eigenen Mitte ermöglicht Entwicklung und Entfaltung auf der persönlichen und sachlichen Ebene. An die Stelle des abgekoppelten Funktionierens tritt das Bewusstsein für den Sinn der eigenen Tätigkeit und die Empathie für die Mitarbeitenden. Autorität auf menschlicher Augenhöhe schafft Zuversicht und Glaubwürdigkeit.

Führung wahrnehmen fordert die eigene Persönlichkeit heraus. Das Führungsverhalten wird zum Spiegel der eigenen Haltung und der dahinter liegenden Werte. Führung beinhaltet mehr als Wissen und Technik, Führung ist permanente Persönlichkeitsentwicklung.

## In diesem Kurzlehrgang für Führungskräfte

7 eintägige Workshops, verteilt auf einen Zeitraum von 7 Monaten

- Fokussieren und transformieren Sie Ihr Führungsverständnis
- Reflektieren Sie Ihre Werte
- Stärken Sie Ihre achtsame Selbstführung
- Erkennen Sie Ihre Handlungsmuster und befreien Sie sich von eingeschliffenen Denk- und Verhaltensstrukturen
- Ergründen Sie Ihre Kraftquellen und Ressourcen
- Erweitern Sie Ihre Dialogkompetenz
- Setzen Sie sich mit ganzheitlichen Führungsmodellen auseinander



Eröffnen wir im gemeinsamen Austausch neue Blickwinkel, gewinnen spielerisch neue Erkenntnisse und schaffen Synergien.

Es entsteht ein kontinuierlicher Bewusstseinsprozess für das eigene Wirken. Dies wird unterstützt mit erfahrungsorientierten Übungen, die sowohl die kognitive, die emotionale, die physische, als auch die spirituelle Intelligenz ansprechen.

Vertiefen wir im gemeinsamen Dialog ganzheitliche Theorieinputs zu einer persönlichen Essenz und wir integrieren mit dem Bearbeiten und Reflektieren von konkreten Führungsfragen aus Ihrem Alltag, die Theorie in die Praxis.

# Inhalte

## Herausforderungen im eigenen Führungsalltag

- Institutionelle Führungskultur und persönliche Werte
- Möglichkeiten und Grenzen einer Vorbildfunktion
- Sinnggebung in der Führung

## Ganzheitliche Führungsmodelle

- Führungsstil als Ausdruck der eigenen Persönlichkeit - meine Resonanz, die ich erzeugen will
- Die Kunst der Selbstwahrnehmung
- Spirituelle Intelligenz als Teil der Selbstführung

## Menschenbild und Glaubenssätze

- Verhaltensmuster die Mangel oder Fülle kreieren
- Lust und Last im Umgang mit der eigenen Macht und Autorität
- Die Machtkraft des Herzens

## Dialog statt Diskussion

- Malerische Zugänge zu der Qualität eines Dialogs \*\*
- Die Kraft der Sprache und die Kunst des Zuhörens
- Authentisch und offen kommunizieren

## Formen der Zusammenarbeit

- Resiliente Teams haben resiliente Vorgesetzte
- Kooperation statt Konkurrenz- und Kompromissverhalten
- Umgang mit Einzigartigkeit und Verschiedenheiten

## Achtsamkeit im Konfliktmanagement

- Konflikte als Hinweise auf unerfüllte Bedürfnisse
- Konfliktinterventionen die gebundene Ressourcen wieder freisetzen
- Umgang mit Fehlern und Grenzen

## Persönliche Handlungsmaximen in der künftigen Führung

- Realität und Glaubwürdigkeit
- Umgang mit der Selbstreflexion als Weg zur Potenzialerkennung
- Führen mit Bewusstsein

\*\* Dieser Workshop findet im im Museum Creaviva, Zentrum Paul Klee, statt.  
Unter der fachkundigen Leitung des Künstlers (Dominik Wirth), werden wir gemeinsam das Thema Dialog malerisch ergründen.

## **Wir**

Aus einem praxisorientierten Erfahrungsaustausch zu den Themen Führung, Organisationsentwicklung, Achtsamkeit und Persönlichkeitsentwicklung ist eine Zusammenarbeit mit vielen Synergien entstanden.

Lead, Ursula Michel,  
Seit über 35 Jahren selbständige Managementtrainerin, Coach für Führungskräfte, Prozessberaterin, Projektleiterin für Veränderungsprojekte und Mediatorin für innerbetriebliche Konfliktarbeit. Tätig für Verwaltungen (Bund, Kanton, Stadt), Spitäler, Schulen, Non-Profit-Organisationen und die Privatwirtschaft.

In Zusammenarbeit mit Susanne Gerber (prozesswerkstatt.ch)  
Begleitung und Förderung von Entwicklungsprozessen, Potenzialanalyse, Entwicklung von kreativen Handlungsstrategien, Kommunikations- und Auftrittskompetenz, Feldenkrais-Pädagogin. Tätigkeitsfelder: Profit- und Non-Profit-Organisationen, Einzelpersonen, Gesundheitswesen und Theater.

## **Unsere Anliegen**

- Beste Erfahrungen aus dem Feld der unterschiedlichen beruflichen Praxis weitergeben und nutzbar machen.
- Sie in Ihrem Bestreben, Ihre Führungskompetenzen ganzheitlich zu entfalten und einzusetzen, unterstützen
- Ihre individuellen Erfahrungen als Weg zu einer kompetenten und weisen Führung abholen und durch einen gemeinsamen Austausch erweitern.
- Best Practice: Wertschätzendes Lernen, miteinander und voneinander.

## Informationen

	Dauer und Häufigkeit	Sieben eintägige Workshops, von 8.30 - 17.00 Uhr Einmal monatlich
	Termine	Dienstag, 15.1., Freitag, 15.2., Freitag, 15.3.**, Montag, 15.4., Mittwoch, 15.5., Samstag, 15.6., Dienstag, 2.7.2019
	Ort	Im Raum Bern, genauer Ort wird noch bekannt gegeben.
	Kosten	CHF 3'700.00 Nicht inbegriffen sind die Kosten für die Mittagsverpflegung.
	Abschluss	Ein Lehrgang mit Teilnahmebestätigung.
	Anmeldefrist	Die Anzahl der Teilnehmenden ist beschränkt. Falls bis zum 1.12.2018, nicht genügend Anmeldungen vorliegen, wird der Lehrgang abgesagt.
	Anmeldebestätigung und Rechnungsversand	Anmeldungen bitte schriftlich an untenstehende Adresse. Sie erhalten eine Bestätigung per Post. Der Rechnungsversand erfolgt am 2.12.2018.
	Stornobedingungen	Bei Abmeldung nach verbindlicher Anmeldung, werden ab fünf Wochen vor Beginn, 50% des Teilnahmebetrages verrechnet. Ab drei Wochen vor Beginn, 100%.
	Information und Organisation	Beratungsbüro U. Michel GmbH Waldeggstr. 47 3097 Liebefeld <a href="http://www.ursulamichel.ch">www.ursulamichel.ch</a> <a href="mailto:info@ursulamichel.ch">info@ursulamichel.ch</a> 031 312 47 42

# Anmeldung Kurzlehrgang

## Personalien

.....  
Name, Vorname

.....  
Beruf / Funktion

.....  
E-Mail

.....  
Telefon

## Firmenanschrift

## Rechnungsanschrift (falls abweichend)

.....  
Firma

.....  
Strasse

.....  
PLZ / Ort

.....  
Bemerkungen

.....  
Ort, Datum

.....  
Unterschrift