



Gesunde Führung

Mich selbst und andere führen

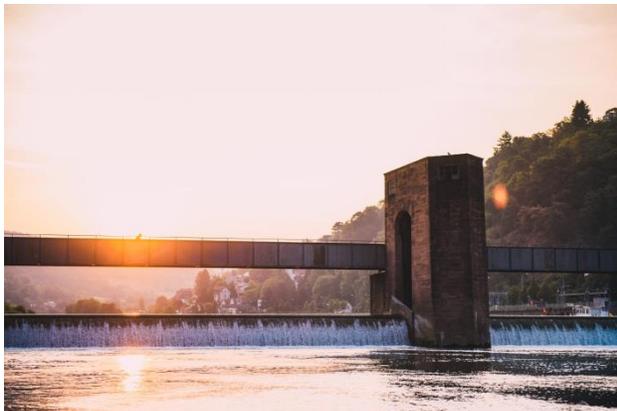
Fadja Ehlail

Gesunde Führung

- In einer modernen Arbeitswelt müssen Führungskräfte und Mitarbeiter*innen in Unternehmen **hochflexibel** auf Anforderungen reagieren und die **hohe Dynamik einer sich verändernden Umgebung** aushalten. Das Thema ‚gesunde Führung‘ nimmt in diesem Zusammenhang immer mehr Raum ein.
- Die bewusste Steuerung der eigenen Emotionen, innere Klarheit, der Wille, sich mit den eigenen Themen auseinander zu setzen ist für eine erfolgreiche und gesunde Führung im innen und außen eine **Grundvoraussetzung** – darauf deuten alle Ergebnisse der aktuellen Führungsforschung hin.
- Wer sich selbst gut führt, ist in seinem **Denken**, seinen **Gefühlen** und seinem **Verhalten** klarer und hat damit auch mehr (Denk-) Kapazitäten frei, um seine Mitarbeiter zu führen.
- In diesem Workshop geht es um **Tools für die Selbstführung**, die Sie als Trainer*innen und Berater*innen sowohl für sich selbst als auch für das Gestalten von gesundheitsorientierten Führungstrainings einsetzen können.

Zielgruppe

- Der Workshop richtet sich an **Trainer*innen, Coaches und Berater*innen**, die Gesundheit und nachhaltige Selbstführung zum **Thema von Trainings- und Beratungsprozessen** machen wollen.
- Er richtet sich darüber hinaus auch an **Team- und Projektleiter*innen**, die den eigenen Umgang mit ihren Ressourcen verbessern und ihren Teams **positive Impulse für Achtsamkeit in der Zusammenarbeit** geben möchten.



Kompetenzentwicklung

Am Ende des Workshops haben Sie erfahren und erlebt...

- warum innere Führung zur **äußeren Klarheit** führt,
- welche **Muster** es im Umgang mit sich selbst und Anderen gibt und wie sie diese erkennen können,
- wie Sie sich an den **Signalen** orientieren können, die Ihr Körper Ihnen gibt und daraus **innere Klarheit** gewinnen,
- welche **inneren Antreiber** Menschen haben und wie Sie diese mit Teams und Seminargruppen **herausarbeiten und reflektieren** können,
- wie Sie **Führungsinstrumente** wie z.B. das Innere Team in der Arbeit mit Teams einsetzen und in Trainings vermitteln können
- **regenerative Strategien** und Entspannungsmethoden einzusetzen, um Ihre **Resilienz** zu stärken.

Referentin



Fadja Ehlail

- geboren 1973 als Tochter eines palästinensischen Vaters und einer deutschen Mutter
- Magister Artium in Anglistik, Soziologie und Kommunikationswissenschaften in Mannheim und London
- Freiberufliche Trainerin, Beraterin und Coach; Tätigkeit in der Erwachsenenbildung seit 1998
- In ihren Trainings stehen die Schulung der eigenen Wahrnehmung und das Bewusstwerden der eigenen Perspektive im Vordergrund

Kontakt: kontakt@ph-akademie.de

Umfang, Preis und Anmeldung

Umfang

- Ein 2-tägiger Workshop

Preis

- 699,00 €

Anmeldung

- <http://www.ph-akademie.de/anmeldung>

Setzen Sie sich für weitere Auskünfte sehr gerne mit uns in Verbindung!

Akademie für wissenschaftliche Weiterbildung an der
Pädagogischen Hochschule Heidelberg e.V.

Keplerstraße 87

69120 Heidelberg

Telefon: +49 6221 477 648

E-Mail: kontakt@ph-akademie.de



Akademie

FÜR WISSENSCHAFTLICHE WEITERBILDUNG AN DER
PÄDAGOGISCHEN HOCHSCHULE HEIDELBERG E.V.

Akademie für wissenschaftliche
Weiterbildung an der Pädagogischen
Hochschule Heidelberg e.V.

Keplerstraße 87
69120 Heidelberg
Fon +49 6221 477 648
Fax +49 6221 477 489
www.ph-akademie.de