Mindful Leadership: Von der Selbstführung zur Kulturtransformation

KURZBESCHREIBUNG

Mindful Leadership überträgt das Prinzip Achtsamkeit auf die Führungsarbeit in Unternehmen. Gute Führung beginnt dabei mit kompetenter Selbstführung. Achtsamkeit (Mindfulness) liefert die Befähigung, Stressdynamiken und Automatismen im Denken und Handeln zu erkennen und zu durchbrechen. Achtsame Kommunikation erweitert dies auf die Zusammenarbeit. Sie stärkt die Stabilität in den Beziehungen, unterstützt den Perspektivwechsel, öffnet den Raum zur Verständigung und ermöglicht so die Transformation vom Konflikt zum Dialog. Eine von Achtsamkeit geprägte Moderation und Führung von Teams fördert vernetztes, kreatives Denken. Auf die gesamte Organisation bezogen, zielt die Achtsamkeit auf eine Arbeitsumgebung, die psychologische Sicherheit bietet. So kann insgesamt eine achtsame Kultur entstehen, die Organisationen auf ein solides und gleichsam bewegliches Fundament stellt, um ständigen Veränderungen in einem hochdynamischen Arbeitskontext besser standzuhalten.

HINWEIS

2 Tage Präsenz-Seminar + 1 Online-Praxis-Tag

IHR NUTZEN

Sie lernen, wie Sie das Prinzip Achtsamkeit (Mindfulness) in den Führungsalltag integrieren und wie sich Ihr Unternehmen insgesamt zu einer achtsamen Organisation entwickeln kann.

SCHWERPUNKT

Übertragung des Achtsamkeitsansatzes auf die eigene Haltung, die bilaterale Arbeitsbeziehung, die Gruppenführung und die Kultur- und Organisationsentwicklung. Praktisches Training zur Entwicklung einer achtsamen Haltung als solides Fundament für einen integralen Führungsansatz.

ZIELGRUPPE

Führungskräfte, Organisationsentwickler*innen und alle, die in ihrem Beruf Steuerungsverantwortung übernehmen.

THEMEN

Stressdynamiken und Selbststeuerung

Achtsamkeit auf den Bewusstseinsebenen Wahrnehmen, Denken, Fühlen, Wollen, Handeln

Achtsame Kommunikation

Mindful Meetings, Dialog als Kunst gemeinsam zu denken

Faktoren für psychologische Sicherheit, achtsame Kulturtransformation

TERMINE

2 Tage Präsenz und 1 Tag Online

16.09.2024 (10:00 Uhr) bis
17.09.2024 (16:00 Uhr)
Präsenz | Nürnberg
ARD.ZDF medienakademie (BR-Gelände)
Preis: 1.710,– € p.P.
Seminarleitung: Claudio Kunz

INHALTLICH VERANTWORTLICH

Monika Gerber
E-Mail: m.gerber@ard-zdf-medienakademie.de
Telefon: +49 911 9619-495

KUNDENSERVICE

Ute Sperling
E-Mail: kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de
Telefon: +49 911 9619-367

SEMINARNUMMER

48 134