



Führungs-Seminar in der Abtei Himmerod

Achtsame Führung - der sanfte Weg zum Erfolg

Führen war nie eine einfache Tätigkeit, sondern forderte den Führenden oder die Führende stets reichlich. In unserer dynamischen, wechselhaften, unbestimmten und unbestimmbaren Gegenwart sind diese Anforderungen weiter gewachsen. Die Erwartungen an die Führenden verändern sich grundlegend. Klassische und weit verbreitete Führungstechniken und -praktiken erweisen sich immer mehr als unangemessen und unwirksam. Auch Ansätze des Coaching und der Moderation greifen zu kurz. In der Führung geht es nicht um eine weitere neue Methode, sondern um eine andere Haltung, die Entwicklung eines neuen Selbst- und Führungs-Verständnisses. Dieses gelingt auf dem Weg der Achtsamkeit.

Achtsamkeit ist eine besondere Form der Aufmerksamkeit, ein spezieller Wahrnehmungs- und Bewusstseinszustand. Die achtsame Haltung im Berufs- und Führungsalltag ist verbunden mit Gelassenheit, Ruhe und Konzentration. Sie wird deshalb auch für die Stressreduktion empfohlen. In der Führung wirkt Achtsamkeit als Fokussierung der Energie auf das Wesentliche. Die achtsame Führungskraft erfüllt ihre Aufgaben in Ruhe und mit Kraft. Mitarbeiter und Kollegen fühlen sich durch die achtsame Führungskraft gewürdigt, gefördert und auf unaufdringliche Weise gefordert, zum Wohle des Ganzen - des Unternehmens und seiner Menschen.

Worum es gehen wird:

- eine kurzer Blick auf die Führungswelt von gestern, heute und morgen
- statt Unüberlegtheit, Aktionismus, Hektik, als abhängige Reaktionen (Infektion): Stabilität, Resilienz, Überleben als Ziel (Immunsystem)
- Aspekte der Achtsamkeit: Wachsein, Aufmerksamkeit, Sensibilität im Hier und Jetzt
- offene Wahrnehmung und gezielte Beobachtung der Realität
- Gelassenheit und Konzentration als Haltungen
- Bewegungslosigkeit und präzise Schnelligkeit
- Verbundenheit: Vernetzung, Vertrauen, Verlässlichkeit als Ressourcen
- Zeitbewusstsein und Zeitlosigkeit

Wir werden im Seminar verschiedene Aspekte der Achtsamkeit einüben und als kontinuierliche Praxis in den Alltag übertragen.

Es nehmen höchstens 10 Führungskräfte teil.

Seminardauer: 1 Tag; 10 bis 17 Uhr

Seminartermine: auf meiner Webseite www.nauconsult.de unter „Termine“

Investition: € 150

Dr. Ekkehard Nau

NAUCONSULT - LÖSUNGEN FÜR MENSCHEN UND ORGANISATIONEN

HAUPTSTRASSE 38 - D-54552 IMMERATH

TEL 06573-996404 FAX 06573-996405

eMail contact@nauconsult.de Web www.nauconsult.de