

»WOMEN'S LEADERSHIP TRANSFORMATION«

TRAINING FÜR MANAGER*INNEN, UNTERNEHMER*INNEN
UND FÜHRUNGSFRAUEN



MIT WIDERSTANDSKRAFT GESUND ZUM ERFOLG

Die »Felsin« in der Brandung: Frauen in Führungspositionen leisten – besonders in stürmischen Zeiten – einen wichtigen Beitrag für erfolgreiche Organisationen. Sie meistern den gesellschaftlichen Wandel, den medialen und globalen Umbruch mit weiblicher Intuition, Kommunikation und Empathie.

Führungsfrauen von heute liefern die strategisch beste, ganzheitliche Lösung. Dabei geben sie oft alles: Sachverstand, Emotionen, Durchsetzungsvermögen und viel »Puste«. Das fordert Energie und zehrt an den eigenen Kräften. Um die stetig steigenden Herausforderungen zu meistern und den Ansprüchen der Gesellschaft gerecht zu werden, ist es existenziell sich selbst im Auge zu behalten und achtsam mit sich umzugehen.

VON ERFOLGREICHEN TOP-FRAUEN FÜR ERFOLGREICHE TOP-FRAUEN

Die erfolgreichen Geschäftsfrauen Annette Möbus, Daniela Chudoba und Kerstin Jüngling entwickelten das Resilienz-Trainingsprogramm bestehend aus drei Modulen, in denen sie all ihre Erfahrungen und Erkenntnisse ihrer seit vielen Jahren erfolgreichen Arbeit mit Menschen und Organisationen einfließen lassen. In diesem speziell für Frauen konzipierten Programm lernen weibliche Führungskräfte selbstwirksam ihre Schutzfaktoren zu aktivieren und sich selbst zu festigen. Durch stabilisierende und präventive Methoden gelangen sie zur Selbstfürsorge und inneren Stärke, die ihnen die Kraft für alle Herausforderungen des Lebens bietet.

ZIEL & NUTZEN

Wer andere aufbaut, muss vor allem sich selbst aufbauen. Im Sinne der Selbstfürsorge lernen Frauen in Führungspositionen stabilisierende Maßnahmen kennen. Mit diesem Training können sie Stressfallen und stürmische Zeiten mit Gelassenheit und Selbstvertrauen angehen und sie als Herausforderung und Erfahrungserweiterung betrachtet. Sie lernen, wie sie private wie berufsbedingte Belastungen besser entgegenwirken können.

Ziel dieses Programms ist die Entwicklung, Verbesserung und Stärkung von Selbstwirksamkeit, Selbstregulierung und Widerstandskraft. Ferner sollen Ressourcen entdeckt und aufgebaut werden, damit eine gesunde Work-Life-Balance und Selbstmotivation erreicht werden kann.

GRUNDLAGE:

ERSTELLEN EINES INDIVIDUELLEN REISS PROFILES

Die Teilnehmenden werden ein individuelles Reiss Profile erstellen und eine persönliche Rückmeldung erhalten. In diesem Rückmeldegespräch werden Entwicklungsschwerpunkte festgelegt, um die anstehenden Trainingsmodule gezielt nutzen zu können.

Auf der Basis von 16 Lebensmotiven ermittelt das Reiss Profil die persönliche Motiv- und Wertestruktur eines Menschen ohne Wertung und Bewertung. Die Erkenntnis über die persönlichen Bedürfnisse zeigt, was einer Person im Leben wichtig ist; die Wesenszüge der Persönlichkeit; die inneren Antriebe (Ressourcen) für Leistung; das individuelle emotionale Belohnungssystem; und die Ursachen für das Verhalten.

Lebensmotive beschreiben die grundlegenden psychologischen Bedürfnisse, die die Persönlichkeit

bestimmen. Die Ausprägung der Motive lassen Rückschlüsse auf Verhalten zu, denn Verhalten erfolgt größtenteils unbewusst. Es wird unter anderem von den Motiven gesteuert. Verhalten ist das Streben nach Befriedigung der inneren Werte und Motive. Das Reiss Profile hilft zu verstehen, warum sich jemand verhält, wie er sich verhält. Dies macht Verhalten sogar in gewissem Grad prognostizierbar. Wenn zwei Menschen einem Wert unterschiedliche Prioritäten zuordnen – und somit unterschiedliche Ausprägungen bei diesem Motiv haben – können Missverständnisse und Konflikte entstehen. Denn jeder beurteilt Situationen aus der Perspektive der eigenen Werthaltung heraus und kann entsprechend schwer verstehen, warum der andere anders denkt, fühlt und handelt.

Die Kenntnis der eigenen Motive und die Auseinandersetzung damit helfen den Teilnehmenden, sich und das eigene Verhalten besser zu verstehen, im Arbeitskontext das Führungsverhalten zu reflektieren und in ihrem beruflichen Alltag besser auf Mitarbeitende einzugehen. Konflikte am Arbeitsplatz können somit vermieden werden, Arbeitsfähigkeit und Gesundheit wird gefördert in den Organisationen der Sozialwirtschaft. ▶



DIE MODULE

Modul 1: Individuum

Im ersten Modul setzen sich die Teilnehmer*innen mit ihrer eigenen Persönlichkeit auseinander. Grundlage hierfür ist das im Vorfeld erstellte Reiss Profil.

Die Inhalte im Einzelnen:

- Was ist mir wichtig? Welche Werte bestimmen mein Leben? Welchen Einfluss hat das auf meine Führungstätigkeit?
- Wie sieht es mit meiner persönlichen Work-Life-Balance aus? Vornehmen einer Standortbestimmung (nach Seiwert)
- Einstieg in den Resilienzzyklus und Arbeit mit den einzelnen Kriterien:
 - Zukunftsgestaltung:
Erarbeitung einer persönlichen Vision und der daraus abzuleitenden Ziele
 - Akzeptanz:
Veränderungskurve im Change-Management und die Bewältigung von Krisen.
 - Lösungs- und Kreativitätstechniken unterstützen bei der Bewältigung von Krisen und Veränderungsprozessen
 - Selbstregulation & Selbstwirksamkeit erleben:
Mit interaktiven Übungen Verhalten reflektieren und persönliche Ansätze für den Führungsalltag entwickeln.
 - Improvisationsvermögen & Lernbereitschaft:
Reflexion der vermittelten Inhalte und Ausarbeiten einer individuellen Lern- und Umsetzungsstrategie für die Zeit bis zum nächsten Modul

Modul 2: Rolle Führungskraft

Das Modul 2 unterstützt die Teilnehmer*innen, ihren persönlichen Führungsstil auszubauen.

Inhaltlich setzen wir uns mit folgenden Themen auseinander:

- Grundlagen der Motivationsforschung:
 - Motive & Motivation – Was braucht es, um sich selbst zu motivieren?
 - Wobei ist Volition hilfreich und wie kann sie erlernt werden?
 - Rubikonmodell
- Meine Rolle als Führungskraft:
 - Aufbauend auf die Auseinandersetzung mit der individuellen Persönlichkeit aus Modul 2
 - Wie wichtig ist Vorbildwirkung und was löst sie bei Mitarbeitenden aus?
 - Transformationale Führung: alter Wein in neuen Schläuchen?
- Umgang mit Abwehrmechanismen:
 - Totschlagargumente als Herausforderung und nicht als Ohnmacht erleben

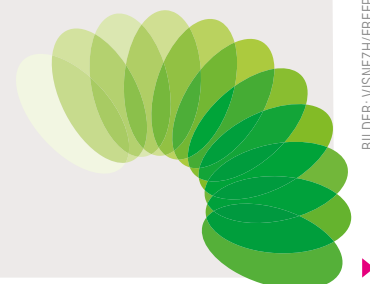
- Mitarbeiterbindung und mein Anteil als Führungskraft:
 - Wie gelingt es, die Energie für alle Mitarbeitenden »gerecht« zu verteilen?
- »Schwierige Mitarbeitende« – schwierig oder nur anders als ich?
 - Wechsel der Perspektive und Analyse des »schwierigen« Verhaltens und der Wirkung auf die Führungskraft
- Konfliktmanagement:
 - Vertiefung der vorhandenen Kenntnisse zum Thema Konfliktlösung
 - Analyse des eigenen Konfliktverhaltens und Erarbeitung einer persönlichen Konfliktlösungsstrategie

Modul 3: Perspektive Unternehmen

Im Fokus des abschließenden Moduls steht das Unternehmen. Hier fügen sich die Kenntnisse aus den ersten beiden Modulen zusammen.

Unsere Themen:

- Ein kurzer Abriss über die Entwicklung und die Paradogmen der Arbeitswelt
- Das Unternehmen – Die Organisation – Die Firma: Definitionen & Begrifflichkeiten
 - Begriffe und Ansätze
 - Strukturen, Dimensionen und Regeln der Organisation
 - Aufbauorganisation und Ablauforganisation
- Organisationskultur:
 - Wie entsteht Kultur?
 - Werte und deren Bedeutung für Unternehmen
 - Wert-Orientierung versus Werte-Orientierung
- Bedeutung von Visionen und Leitbildern für Organisationen
- Strategien und Ziele als Erfolgsfaktoren für die Nachhaltigkeit der Unternehmenspolitik
- Change-Management
 - Grundlagen der Organisationsentwicklung
 - Bedingungen für erfolgreiches Change-Management
 - Wirkung von Veränderung auf den Menschen und die Organisation
- Resiliente Unternehmenskultur:
 - Handwerkszeug & Instrumente aus der Positiven Psychologie



IHR TRAINERINNEN-TEAM



Annette Möbus
Geschäftsführerin chubus GmbH
annette.moebus@chubus.de



Daniela Chudoba
Geschäftsführerin chubus GmbH
daniela.chudoba@chubus.de



Kerstin Jüngling
Resilienz-Trainerin, Dozentin,
Mental-Health-Facilitator

UNSERE METHODEN

Wissensvermittlung,
Impulsvorträge, Gruppenarbeit,
praktische Übungen, Kreativitäts-
techniken, Teamspiele, Feedback
und Erfahrungsaustausch.

Um jede Teilnehmer*in individuell
fördern zu können, arbeiten wir
in allen Modulen im Trainer*innen-
Tandem.

UNSERE EXPERTISE

Mit Leidenschaft, Begeisterung und Emotionen bringen sie Menschen in die bestmögliche persönliche und unternehmerische Performance:

Das Team Annette Möbus und Daniela Chudoba sind Organisations- und Personalentwicklerinnen, zertifizierte Kommunikations-Trainerinnen und Coaches für Persönlichkeitsentwicklung.

Seit vielen Jahren beraten sie Manager*innen, Unternehmer*innen und weibliche Führungskräfte. Sie arbeiten mit Teams in Organisationen unter anderem als Resilienz-Trainerinnen. Beide sind gesellschaftende Geschäftsführerinnen der chubus GmbH Organisations- und Personalentwicklung.

Zum Trainerinnenteam gehört auch Kerstin Jüngling:

Change-Managerin und ebenfalls Resilienz-Trainerin. Im Rahmen des internationalen MHF-Programms zur mentalen Gesundheit ist sie seit vielen Jahren tätig, neben Beratungen für Unternehmen zu den Themen Prävention und Gesundheitsförderung. Die Suche nach kreativen Lösungen liegt ihr am Herzen.

Sie ist Geschäftsführerin der Fachstelle für Suchtprävention Berlin, Mitgründerin des Instituts für Gesundheit und Kommunikation und Dozierende an der Züricher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

ANMELDUNGSMODALITÄTEN UND WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN ZU DEN VERANSTALTUNGEN

Termine

Modul 1

27. – 30. März 2019

Modul 2

8. – 11. Mai 2019

Modul 3

19. – 22. Juni 2019

Zeiten

Start am ersten Tag jeweils um 10 Uhr, an den anderen Tagen 9.00 Uhr – Ende jeweils ca. 18 Uhr, am vierten Tag ca. 14 Uhr.

Veranstaltungsort

Hotel Döllnsee GmbH & Co. KG

Döllnkrug 2 | 17268 Templin OT Groß Dölln | www.doellnsee.de

Die Kosten für die Tagungspauschale inkl. Übernachtung, Verpflegung und alkoholfreie Getränke betragen pro Modul ca. 500,00 Euro.

Kosten

Für alle drei Module 5.120,00 Euro zuzüglich der jeweils geltenden Mehrwertsteuer. Die Teilnehmergebühr wird mit der verbindlichen Zusage in Rechnung gestellt.

Stornierung der vereinbarten Termine

Sie haben sich angemeldet und können nicht teilnehmen? Bitte benachrichtigen Sie uns in diesem Fall umgehend schriftlich. Vor Versand der verbindlichen Terminbestätigung können Sie Ihre Teilnahme kostenlos stornieren. Danach erhalten Sie bei einer Stornierung eine Rechnung über 80% der Seminargebühr. Bei späterer Stornierung sind 100% der Seminarkosten fällig. Gern kann eine andere Teilnehmerin die gebuchte Weiterbildung in Anspruch nehmen.

Anmeldung und Kontakt

chubus GmbH

Holsteinische Straße 56 | 12163 Berlin-Steglitz

Fon: 01522-3555777 | E-Mail: info@chubus.de | www.chubus.de