

WIR
Stärkung des Miteinanders
im Team

ICH
Stärken der Führungskraft

Wir geben Tools, Wissen, Erkenntnisse und Reflektionsraum, um die Führungskraft und das Team zu befähigen die bestmögliche Lösung zu finden.
Raus aus der Ohnmacht – hin zum Lösungsfokus.
Für Ergebnisse und Effizienz

8 Module für virtuelle Führung von Teams

M 1 - Standortbestimmung

M 2 - ICH - im Change/Krise. Was macht mich erfolgreich?

M 3 - ICH - Fokus und Konzentration. Wie komme ich zu Lösungen?

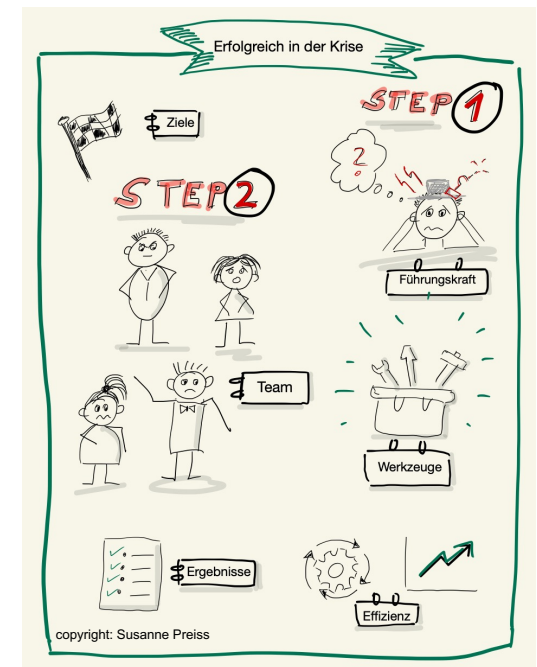
M 4 - ICH - Selbstfürsorge im Change/Krise. Energiemanagement im Homeoffice

M 5 - ICH - Wie kann ich virtuell kompetent und souverän wirken?

M 6 - TEAM - Angst vor Veränderung. Führen im Change

M 7 - TEAM - Neue Strukturen finden

M 8 - TEAM - Kulturwandel in der Krise



Modul Vol.3

ICH – Wie komme ich zu Lösungen? Fokus und Konzentration im Home-Office in der Krise

Ein Blick auf die wichtigen Zusammenhänge zwischen Gehirnfunktion wie Konzentration, Fokus, Lösungsorientierung einerseits und Stille andererseits.

Für welche Fragen werden Lösungen erarbeitet?

- **Was braucht mein Gehirn, um optimal arbeiten zu können?**
- **Kluger Umgang mit Unterbrechungen**
- **Weniger Arbeiten, mehr leisten. Pausenmanagement**
- **Die Bedeutung von Sauerstoff und Glukose**
- **Überforderung des Gehirns und Erschöpfung**
- **Der berühmte kühle Kopf in der Krise. Gelassenheit, Ruhe, Zuversicht.**
- **Bedeutung von konzentriertem Arbeiten**

In diesem Workshop wird erörtert, welche Erkenntnisse es aus der Hirnforschung gibt bezüglich optimaler Arbeitsleistung unseres Gehirns. Berücksichtigung dieser Erkenntnisse stellen eine effiziente Nutzung unseres Intellektes sicher und sichern auch eine hohe Lernfähigkeit, die in Zeiten von Veränderungen wichtig ist.

Benefit für die FK:

Die Führungskraft erhält Wissen zur Funktionsweise unseres Gehirns an die Hand und reflektiert für sich, wie sie in ihrer momentanen Situation Fokus und Konzentration sicherstellen kann.

Zeitbedarf: 2 Stunden

Trainer: Julia Düttmann
Susanne Preiss

Technik: Zoom, Webex, Teams

Teilnehmer: 8-10 Personen

Zielgruppe: Führungskräfte alle Ebenen, HR, Teams
Coaches & Trainer

Diese Themen sind lediglich Vorschläge und werden individuell auf die Bedürfnisse des Auftraggebers angepasst.