

## EINLADUNG

# ACHTSAMKEIT IM FÜHRUNGSALLTAG

## MEHR FREUDE AM FÜHREN - WENIGER STRESS

### WORUM ES GEHT

Achtsamkeit hat längst den Weg von den Religionen hin zur Wissenschaft und hinein ins Wirtschaftsleben beschritten.

Wenn Sie als Führungskraft Ihre eigene Leistungskraft und die Ihrer Mitarbeiter nicht nur nutzen sondern auch auf lange Sicht aufrecht erhalten wollen, ist Achtsamkeit unabdingbar. Sie richtet aus, hilft zu klären, vermittelt Sinn - und auch das kann man ohne Bedenken sagen - wirkt wertsteigernd.

Wie Sie das Prinzip der Achtsamkeit in Ihren Führungsalltag integrieren können und was sich im Detail hinter dem Konzept verbirgt, erfahren Sie in diesem Seminar.

### LEITFRAGEN/LEITTHMEN

- Wie nutze ich die Verbindung von westlichem Wissen und östlicher Weisheit für meinen Erfolg?
- Was genau ist Achtsamkeit und wie kann sie mir in meinem Führungsalltag behilflich sein?
- Was sind die Schlüssel der Achtsamkeit?
- Worauf richtet sich Achtsamkeit aus?
- Die kleine Achtsamkeitspraxis für meinen Führungsalltag - oder: Wie integriere ich das Konzept der Achtsamkeit für meine Führungsarbeit?
- Das Wunder des achtsamen Anfangs
- Wie sind die Zusammenhänge zwischen systemischer Führungsarbeit und Achtsamkeit?
- Wie wirkt Achtsamkeit auf die Führungspersönlichkeit?
- Wie führe ich achtsam Gespräche?
- Welchen besonderen Nutzen hat das Prinzip der Achtsamkeit beim Überwinden von Krisen und schwierigen Situationen?
- Wie funktioniert die Achtsamkeitsmeditation und wie kann ich sie wirksam in meinen Alltag integrieren?

### FÜR WEN

Sie wollen sich besser aufstellen und das Konzept der Achtsamkeit bewusst in Ihren Führungsalltag einbeziehen? Dann nutzen Sie dieses Seminar für Ihren Erfolg.

### Datum und Uhrzeit:

Beginn: 14.09.2020, 14:00 Uhr (mit Abendprogramm)

Ende: 15.09.2020, ca. 16:00 Uhr

### Veranstaltungsort:

J & V Seminar-Landhaus, Ganderkesee

### Teilnehmerzahl:

max. 8 Personen

### Preis pro Teilnehmer:

Seminargebühr: 750,- Euro + Mehrwertsteuer

Vollpension: 181,- Euro + Mehrwertsteuer

### Seminarleitung:

Thomas Schleiken, Tel. 04223-925934

### Ihre Anmeldung erbitte ich schriftlich:

Thomas Schleiken - Training-Coaching-Consulting

Hinter der Wallhecke 63

27777 Ganderkesee

[schleikentcc@t-online.de](mailto:schleikentcc@t-online.de)

04223-925934