Training

kurs wexl

Selbstführung entwickeln

Die Basis für gutes Führen

Hintergrund des Trainings

Wirksame Führung beginnt immer bei einem selbst. Selbstführung ist die Fähigkeit, das eigene Verhalten, Denken und Fühlen bewusst zu steuern – insbesondere in herausfordernden Situationen. Nur wer sich selbst reflektiert und gezielt lenkt, kann nachhaltig Einfluss auf andere ausüben und inspirieren.

In diesem Training steht die Entwicklung Ihrer persönlichen Klarheit bis hin zur bewussten Steuerung von Verhalten und Emotionen im Fokus. Grundlage des Trainings bildet die Erstellung des LINC Personality Profile vorab, welches Ihre Stärken und Entwicklungsfelder individuell aufzeigt. Auf Basis der Erkenntnisse des Profils können Sie im Training sehr konkrete Werkzeuge für die Selbstführung ableiten und die vermittelten Inhalte direkt im Kontext Ihres Profils verstehen.

Der Nutzen

Im Rahmen des Trainings:

- Entwickeln Sie ein tiefes Verständnis Ihrer eigenen Verhaltensmuster und ihrer Auswirkungen.
- Lernen Sie, sich in Stresssituationen selbst zu regulieren und klar zu bleiben.
- Erarbeiten Sie individuelle Strategien für eine langfristig erfolgreiche Selbstführung.
- Erhalten Sie durch das LINC Personality Profile wertvolle Einblicke in Ihre Persönlichkeitsstruktur.

Die Bausteine des Trainings

- **Grundlagen der Selbstführung:** Warum Selbstreflexion und Selbststeuerung die Basis für jede Führungskompetenz sind.
- **Selbstreflexion in der Praxis:** Wie Sie Ihre Werte, Ziele und Prioritäten klären und nutzen.
- **Umgang mit Emotionen und Stress:** Techniken zur emotionalen Selbstregulation und Resilienzförderung.
- **Das LINC Personality Profile:** Erstellung und Auswertung eines individuellen Persönlichkeitsprofils, um Stärken und Entwicklungsfelder gezielt zu adressieren.
- **Transfer in den Alltag:** Praktische Übungen und Methoden, um Selbstführung im täglichen Handeln zu verankern.

Individuell anpassbar

Online oder in Präsenz

Dauer zwischen 1 und 2 Tagen

kurswexl

Kurswechsel Unternehmensberatung GmbH
Konsul-Smidt-Straße 20 28217 Bremen
Telefon +49 421 20750-0
info@kurswexl.de

› **www.kurswexl.de**