



Cool bleiben – souverän agieren

In Projekten selbstbewusst und überzeugend handeln



Projektmanager sollen überzeugen, entscheiden, motivieren, verstehen, delegieren, gewinnen, verhandeln und dabei zu jedem Zeitpunkt authentisch bleiben. Der Druck ist enorm.

Seminarziele

Projektmanager sind nicht nur in ihrer fachlichen Tätigkeit gefordert, sondern in zunehmendem Maße auch in ihrer Persönlichkeit. Als Projektmanager wird von Ihnen erwartet, dass Sie unter außergewöhnlichen Belastungen hohe Leistung bringen. Den Druck von außen können Sie nur bedingt steuern. Allerdings liegt es in Ihrer Hand, wie Sie damit umgehen. Wie Sie das Projekt auch in stressigen Phasen souverän und gelassen auf Kurs bringen und halten, vermittelt dieses Souveränitätstraining.

Ihr Nutzen

In diesem Training erarbeiten wir einfach anwendbare Hilfen, mit denen Sie Ihre Ziele erreichen und gleichzeitig cool und souverän in Stress- und Konfliktsituationen bleiben. Sie lernen, wirksame Entscheidungen zu treffen und erleben eine ressourcenorientierte Art, mit sich selbst und mit anderen umzugehen. Mit unserer langjährigen Erfahrung stehen wir für eine lebendige Verbindung von Wissenschaft und Praxis. So garantieren wir Ihnen die sofortige Umsetzbarkeit in Ihre Projekte.

Inhalte

Das Seminar basiert auf aktuellen Ergebnissen der Gehirnforschung und dem Zürcher Ressourcen Modell.

Wichtige Fragestellungen

- Wie verwandle ich gute Vorsätze in Ziele
- Wie erreiche ich meine Ziele?
- Wie entwickle ich Gelassenheit und Coolness?
- Wie handle ich auch unter Belastung und Druck souverän und selbstbestimmt?
- Wie erhalte ich eine positive innere Haltung vor einem wichtigen Auftritt?
- Wie gewinne ich meine Souveränität zurück?

Transfer und Verankerung

- Um die gewonnenen Erkenntnisse zu verankern, üben Sie neue Handlungsmuster auf den drei essentiellen Ebenen: Denken – Fühlen – Handeln.

Auf der Denkebene

- Hier werden vernünftige Ziele geplant und kritisch auf ihre Realisierbarkeit hin überprüft.
- Die Ziele können Projektziele, Aufgabenziele oder individuelle persönliche Ziele sein.

Auf der Körperebene

- Hier trainieren Sie, eingefahrene Automatismen zu stoppen und durch bessere Handlungsweisen zu ersetzen.
- So können Sie auch bei Überraschungen cool bleiben und souverän agieren.

Lange Wirksamkeit

- Die eingeübten Handlungsmuster bleiben jahrelang präsent und wirksam. Die Methodik können Sie für vielfältige eigene Ziele und Situationen nutzen.

Struktur

Dauer: 2 Tage

Zielgruppe: Das Seminar richtet sich an Führungskräfte, Projektleiter und alle Menschen, die ihre Coolness und Besonnenheit in schwierigen Situationen verbessern möchten.

Gudrun Windisch

Lietzenseeufer 5
14057 Berlin
Germany

Tel. +49 30 81039293
Mobil +49 171 3568485

info@welcome-to-win.de
www.welcome-to-win.de