

Mentale Höchstleistungen wenns drauf ankommt

# Emotional Leadership



## Nach diesem Seminar

- wissen Sie, welchen qualitativen und quantitativen Mehrwert sich für Ihr privates und berufliches Leben durch die Anwendung Ihrer emotionalen Fähigkeiten ableiten lässt **(einen Schritt voraus sein)**
- erbringen Sie mentale Höchstleistungen dann, wenns darauf ankommt, auch unter hohem Druck **(Spitzenleistungen erzielen)**
- haben Sie ein individuelles Selbstmanagement-Programm für Höchstleistungen und können schnell regenerieren und Ihre Ressourcen aktivieren **(Selbstmanagement)**
- können Sie die 5 Komponenten des Emotional Leadership-Programms in Ihrem privaten und beruflichen Umfeld wirkungsvoll einsetzen, damit Leistung durch hohe Motivation nachhaltig wird **(Emotional Capability 360°-Check)**



ALERION TRAININGSCENTER



## Seminarinhalte im Detail

### 1. Tag

#### Arbeitsblock 1

- das Modell «Emotionale Intelligenz» sowie «Emotional Leadership» verstehen – was emotionale Befähigung ist und was nicht
- die Komponenten von «Emotional Leadership» im Zusammenhang mit beruflicher und privater Höchstleistung verstehen
- identifizieren von Situationen, in denen ein hohes Mass an emotionaler Befähigung zur Erbringung von Höchstleistung gefragt ist
- die 5 Schlüsselfaktoren emotionaler Befähigung: Selbstwahrnehmung, Selbstbestimmung, Selbstmotivation, Soziales Bewusstsein, Soziale Befähigung

#### Arbeitsblock 2

- Höchstleistungen unter Druck erbringen – mentale und emotionale Befähigung sind Schlüsselvoraussetzungen für Erfolg
- das Potential unseres Stammhirns
- die 3 Elemente der Selbstwahrnehmung
- **1. Emotionale Selbstwahrnehmung:** Die eigenen Emotions- und Verhaltensmuster in Drucksituationen erkennen und verstehen, was diese Emotionen auslösen. Sich im klaren sein, welchen Einfluss diese Emotionen auf meine Leistungsfähigkeit haben
- **2. Akkurate Selbsteinschätzung:** Eine realistische Evaluation meiner Stärken und Limitierungen machen und durch offenes und direktes Feedback die Fähigkeit entwickeln, von weniger erfolgreichen Situationen zu lernen
- **3. Selbstvertrauen:** Eine grundsätzlich positive Einstellung zu sich selbst haben, besonders dann, wenn es unterschiedliche Sichtweisen zur Beurteilung einer Situation gibt und ich eine Entscheidung treffen muss
- Sie erhalten zu diesen Komponenten ein 360° Feedback auf wissenschaftlicher Basis

### 2. Tag

#### Arbeitsblock 3

- um Höchstleistungen zu erbringen muss ich selbstbestimmt sein. Die einzelnen Elemente dazu sind:
- **1. Selbstkontrolle:** Die Fähigkeit haben, widersprüchliche Emotionen so zu managen, damit daraus ein der Situation angepasstes Verhalten entsteht
- **2. Vertrauen:** Eine ehrliche und integre Grundhaltung verfolgen

- **3. Gewissenhaftigkeit:** Versprechen halten und Leistungen zur versprochenen Zeit erbringen
- **4. Anpassungsfähigkeit:** Fähigkeiten entwickeln, sich veränderten Situationen schnell anpassen zu können und Barrieren als Herausforderungen zu sehen
- **5. Innovationskraft:** Gegenüber neuen Ideen offen sein und konsequent nach alternativen Handlungsweisen suchen
- Sie erhalten zu diesen Komponenten ein 360° Feedback auf wissenschaftlicher Basis

#### Arbeitsblock 4

- Selbstmotivation ist die Basis für Erfolg. Folgende Elemente unterstützen Sie, sich täglich für Höchstleistungen zu motivieren:
- **1. Leistungswille:** Der Wille sich selber zu motivieren und herausfordernde Ziele zu erreichen. Ganz besonders steckt dahinter der Wille, effektivere Wege zum Erfolg zu erlernen und zu adaptieren
- **2. Commitment:** Aktiv Ziele verfolgen und Entscheidungen fällen, die dem Team sowie der Organisation zu Gute kommen
- **3. Initiative:** Die Bereitschaft haben, Opportunitäten anzupacken und andere begeistern, gemeinsam die Ziele zu erreichen und die Grenzen des Machbaren auszutesten
- **4. Optimismus:** Erfolg erwarten, selbst dann, wenn es Rückschläge gibt. Sich auf den Weg machen, das Problem zu lösen, ohne sich dabei Vorwürfe zu machen
- Sie erhalten zu diesen Komponenten ein 360° Feedback auf wissenschaftlicher Basis

### 3. Tag

#### Arbeitsblock 5

- um andere Menschen zu Höchstleistungen zu führen, benötigen Sie ein «Soziales Bewusstsein». Dies beinhaltet 5 Komponenten:
- **1. Empathie:** Die Emotionen anderer Menschen auf eine sensible Art und Weise verstehen. Verstehen, warum dies ihre Sicht der Dinge ist und ein ehrliches Interesse an ihren Bedenken und Ängsten zeigen
- **2. Service Orientierung:** Die Fähigkeit haben, Kundenbedürfnisse zu einem positiven Feedback zu führen
- **3. Andere entwickeln:** Die Fähigkeit haben, andere Menschen zu entwickeln, in dem ich ihnen Beachtung schenke, ihnen Feedback gebe, Lernfelder kreierte und Richtung gebe
- **4. Unterschiedlichkeiten als Hebel nutzen:** Unterschiedliche Menschen befähigen, sich gegenseitig zu unterstützen, um Höchstleistung zu erzielen. Die Menschen befähigen, dass sie destruktive Haltungen, die den Erfolg gefährden, nicht akzeptieren und die Betroffenen konfrontieren

- **5. Wahrnehmung der Organisation:** Identifizieren von Schlüsselpersonen, die das System massgeblich beeinflussen und «politische Realitäten» bei meinen Überlegungen in Betracht ziehen
- Sie erhalten zu diesen Komponenten ein 360° Feedback auf wissenschaftlicher Basis

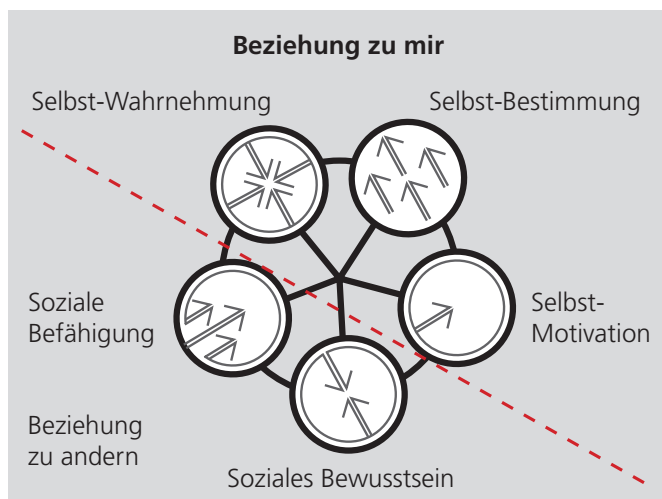
### Arbeitsblock 6

Gerade als «Leader», sei es nun im Beruf, im Sport oder im Privatleben, brauchen Sie soziale Fähigkeiten, wenn Sie langfristig erfolgreich sein wollen. Dazu gehören 7 Komponenten:

- **1. Leadership:** Menschen inspirieren, wenn nötig beauftragen. Auf Menschen zählen können indem ich sie befähige und ihnen ein Vorbild bin
- **2. Einfluss:** Überzeugende Strategien auf der persönlichen sowie der organisatorischen Ebene einsetzen
- **3. Kommunikation:** Gegenseitiges Verständnis, selbst bei unterschiedlichen Standpunkten, aufbauen
- **4. Change Katalysator:** Existierende Methoden in Frage stellen und gezielt nach Alternativen suchen. Andere Menschen so führen, damit sie Veränderungen akzeptieren
- **5. Konflikt Management:** Mit Taktgefühl Konflikte angehen, um zu Win-Win-Situationen zu kommen
- **6. Zusammenarbeit:** Ein Netzwerk aufbauen, um innerhalb des Teams aber auch mit anderen Teams gut zusammen arbeiten zu können
- **7. Teamfähigkeit:** Ein Teamplayer sein und einen wirkungsvollen Beitrag für ein effektives und partizipatives Team leisten
- Sie erhalten zu diesen Komponenten ein 360° Feedback auf wissenschaftlicher Basis

### Unser Modell

Ein Set praxisorientierter Fähigkeiten, um uns selber und unsere Beziehungen wirkungsvoll zu steuern und die Leistung zu verbessern.



### Investition

- CHF 1390.– zuzüglich MwSt.
- Teilnehmerunterlagen und Ihr umfassendes, individuelles Profil inbegriffen.

### Zielgruppe

**Grundsätzlich alle Menschen, die Höchstleistungen bringen wollen, wenns drauf ankommt, zum Beispiel:**

- Führungskräfte
- Organisationsberater
- Personalentwickler
- Menschen aus dem Gesundheitswesen:
  - Ärzte
  - Pflegepersonal
- Organisationen, die stark unter emotionalem Druck stehen:
  - Polizei
  - Feuerwehr
  - Spitzensportler

### Nutzen für Sie

Menschen und Organisationen stehen immer mehr unter dem Druck «Höchstleistungen» produzieren zu müssen. Dadurch stellt sich immer mehr die Frage, wie sich langanhaltende Motivation mit Höchstleistung verträgt. Allzu oft sind Depression, Erschöpfung, Versagen oder ausgepowert sein die Folge. Dieses Seminar zeigt Ihnen wirkungsvoll, wie Sie Ihre Kräfte schnell mobilisieren können, welche Faktoren für den Erfolg entscheidend sind und wie Sie schnell regenerieren können. Eine Investition, die sich sofort bezahlt macht!

### Zielsetzung

- die 5 Elemente von «Emotional Leadership» für berufliche und private Höchstleistungen gezielt nutzen können
- eine optimistische, anpackende Lebenshaltung bewahren oder wieder entwickeln
- sich und andere Menschen täglich aufs Neue inspirieren und begeistern können
- Höchstleistungen unter Druck als Chance sehen und sich an den kleinen Erfolgen freuen können
- Potenzieren von Leadership-Fähigkeiten

### Unterlagen

- Sie erhalten ein Praxis-Plus-Paket mit folgendem Inhalt:
- umfangreiche Teilnehmerunterlagen zu den Seminarinhalten
  - ein 360° Feedback, welches Ihnen zeigt, wo Sie bereits stark sind und wie Sie Ihre Fähigkeiten weiterentwickeln können
  - viele Übungen



## Unser Leistungsversprechen

### Ihr Return on Invest ist sicher

Wir sind uns unserer Leistung sicher, weil unsere Kunden bisher immer zufrieden waren. Wenn Sie einen ganzen Lehrgang buchen und nach dem ersten Teil nicht davon überzeugt sind, dass Sie den erwarteten Nutzen erhalten, erstatten wir Ihnen die Investition für die weiteren Lehrgangsteile. Sie brauchen keine Begründung und lassen einfach alle Teilnehmerunterlagen zurück.

## DIE ALERION GROUP

Die ALERION GROUP steht für erfolgreiche Unternehmensentwicklung mit Fokus Strategieumsetzung in den Branchen Banken und Finanzdienstleistungen sowie Industrie (KMU). Alles was wir tun, geschieht mit höchstem Anspruch an Nachhaltigkeit und Wertschöpfung. Unsere Teams bestehen aus erfahrenen Führungskräften, Beratern, Coaches und Trainern. Sie erhalten demzufolge genau die Kompetenzen, welche es für die Lösung der Aufgabe in Ihrem Unternehmen braucht.

### Seminarleitung



Nur die optimale Verbindung der harten und weichen Faktoren im Unternehmensmanagement führt zu nachhaltigem Unternehmenserfolg dies in Unternehmen erfolgreich umzusetzen ist meine Vision!“

Anja Fricke ist seit 2007 Managing Director der ALERION CONSULT GmbH, Düsseldorf. Nach mehrjähriger Tätigkeit in verschiedenen Kreditinstituten und Studium zur Bankbetriebswirtin wechselte sie zu einer der renommiertesten Beratungsgesellschaften im deutschen Finanzdienstleistungssektor. Bei ALERION CONSULT liegt ihr Beratungsschwerpunkt in der Steuerung und Begleitung großflächiger Veränderungsprozesse. Sie ist als Beraterin und Trainerin bekannt für ihre pragmatischen Lösungsansätze  
Anja Fricke ist Jahrgang 1970 und lebt am Bodensee.



Ueli Haldimann hat als Biologe, Gymnasi allehrer und Berater von verschiedensten Organisationen viele Erfahrungen gesammelt, was es heisst, Veränderungen in Systemen auszulösen und sie zu steuern. Dabei geht es immer darum, die Balance zu finden, zwischen dem, was wünschbar oder notwendig ist und dem, was Organisation und Menschen verkraften können.

Dabei sind nicht nur die grossen Würfe in Form von klaren Visionen und motivierenden Zielen gefragt, sondern die tägliche manchmal unscheinbare Detailarbeit. Denn häufig sind es kleine Missverständnisse, Bequemlichkeit, Unachtsamkeit oder fehlende Zeit, die die Zielerreichung gefährden und die Vision zu «Schönwetterideen» degradieren. Deshalb ist es wichtig, anzufangen, wenn es einem eigentlich gut geht und lange genug und konsequent dranzubleiben. Und zwar in die gemeinsame Richtung.



ALERION TRAININGSCENTER

Schutzengelstrasse 57, CH-6340 Baar, Telefon 041 768 05 70, Fax 041 768 05 79, [www.alerion.ch](http://www.alerion.ch)