

BOXENSTOPP FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

5-TEILIGE

WORKSHOP REIHE



Sie hätten gerne mehr Zeit für alle Führungsthemen? Dann nutzen Sie unsere exklusive Seminarreihe für Führungskräfte. Jeder Workshop nimmt nur einen halben Tag in Anspruch und ermöglicht ein tiefes Eintauchen in alle wichtigen Führungsthemen. In fünf speziell konzipierten, wöchentlichen Workshops erweitern Sie Ihre Kenntnisse in Kommunikation, Stressmanagement, Resilienz, Diversitätsverständnis und Achtsamkeit. Zwischen den Workshops erhalten Sie maßgeschneiderte Umsetzungspläne, die den Transfer des Gelernten in Ihre tägliche Praxis erleichtern und verstärken.

Jeder Workshop bietet Raum für intensiven Austausch und Feedback, basierend auf Ihren Erfahrungen mit den Anwendungsplänen. Diese Diskussionen ermöglichen es, gemeinsam Herausforderungen zu identifizieren und Lösungsansätze zu entwickeln, um etwaige Hürden bei der Umsetzung zu überwinden. Die gesamte Seminarreihe ist darauf ausgerichtet, Ihnen kontinuierliche Unterstützung zu bieten. Sie haben stets die Möglichkeit, Fragen zu stellen und spezifische Hilfe für die praktische Anwendung des Erlernten zu erhalten. Mit anderen Worten: Ein "Boxenstopp" im hektischen Alltag, um neu aufzutanken.

IHR NUTZEN

- Führungsverständnis vertiefen: Schlüsselkompetenzen erweitern.
- Wertvolles Networking: Kontakte knüpfen, die bereichern.
- Direkt anwendbare Werkzeuge: Praktische Tools für den sofortigen Einsatz im Alltag.
- Laufende Unterstützung: Individuelle Pläne und Feedback zwischen den Workshops.
- Zukunftsorientierte Investition: Erweiterung in die digitale Kompetenz durch Erleben von VR.
- Effizientes Zeitmanagement: Halbtägige Workshops für maximale Lerneffizienz ohne große Unterbrechungen.
- Persönliches VR-Headset (aktuell META Quest 3), das Sie auch nach der Workshopreihe behalten.

ZIELGRUPPE

Führungs- und Fachkräfte aller Ebenen

INVESTITION

€ 3.993,00 pro Person zzgl. USt
im Preis enthalten:
VR-Headset META Quest 3
Versand
Onboarding und persönliche Betreuung
entspricht pro Workshop € 798,60 p.P. netto

Workshop 1:

Meister der Worte: Führungskraft durch Sprache und Emotion

- Grundlagen der emotionalen Intelligenz in der Führung
- Sprachmuster erkennen und zielgerichtet einsetzen
- Empathische Kommunikation und aktives Zuhören

Workshop 2:

Cool Down: Effektive Techniken zur Selbstregeneration

- Die Physiologie von Stress verstehen
- Bewährte Strategien zur Stressbewältigung
- Entwicklung einer persönlichen Routine zur Regeneration

Workshop 3:

Resilienz-Boost: Kraftvoll im Team und als Einzelperson

- Einführung in die Resilienzpsychologie
- Analyse und Veränderung von Glaubenssätzen
- Werkzeuge zur Förderung eines resilienten Mindsets

Workshop 4:

Diversity Dynamics: Motive und Werte verstehen:

- Durchführung und Analyse des ID37-Persönlichkeitstests
- Individuelle Motivation und Verhaltensweisen
- Entwicklung personalisierter Führungsstrategien

Workshop 5:

Mindful Mastery: Mentale Stärke und innere Balance

- Grundlagen und Techniken der Achtsamkeit
- Integration von Achtsamkeitspraktiken in den Berufsalltag
- Aufbau von emotionaler Balance und mentaler Stärke

Wöchentlicher Boxenstopp

1 x wöchentlich von 09:00 - 14:00 Uhr (inkl. Pause)

Individuelle Termine, Abstand der Workshops und Uhrzeit möglich.



XR-C ACADEMY GMBH

DIPL. VR COACH & DEVELOPER
PETRA ISABEL SCHLERIT (CEO)