

# DIE MACHT DER GEDULD

## IMPULSKONTROLLE FÜR EIN ERFOLGREICHES MANAGEMENT

Bestellnr. P-3350

In einer Welt, die von Geschwindigkeit und ständiger Veränderung geprägt ist, zählt Geduld zu den am meisten unterschätzten Führungs- und Persönlichkeitsqualitäten. Doch genau diese Fähigkeit, sich nicht von impulsiven Reaktionen leiten zu lassen, kann den Unterschied zwischen Erfolg und Misserfolg ausmachen – sei es in Vertragsverhandlungen, im Zeitmanagement oder in der Mitarbeiterführung.

Dieses Seminar richtet sich an Führungskräfte und starke Persönlichkeiten, die ihre Impulskontrolle und Emotionale Intelligenz verbessern und Geduld als strategische Stärke nutzen möchten.

### NUTZEN FÜR DAS UNTERNEHMEN

Führungskräfte und Mitarbeiter:innen, die Geduld und Impulskontrolle beherrschen, treffen überlegtere Entscheidungen, arbeiten effizienter und tragen zu einem nachhaltigen Unternehmenserfolg bei.

Dieses Seminar fördert eine Unternehmenskultur, die auf langfristige Erfolge und stabile, durchdachte Führungs- und Arbeitspraktiken setzt.

### ZIELGRUPPE

Dieses Seminar richtet sich an Fach- und Führungskräfte, die berufliche und persönliche Entwicklung schätzen.

### FORMAT

Buchbar als:



2-tägiges Präsenz- Seminar

alternativ



1-tägiges VR-Seminar

### INVESTITION

€ Inhouse Tagessatz auf Anfrage

### ANMELDUNG

[Anmeldeformular](#)

### INHALTE:

- **Ungeduld, Stress und Prokrastination:** Verstehen, warum Geduld eine entscheidende Stärke für den Erfolg darstellt.
- **Ungeduldsfallen:** Typische Auslöser im Alltag identifizieren, die Ungeduld fördern und Geduld untergraben.
- **Impulskontrolle stärken:** Techniken zur bewussten Kontrolle impulsiver Reaktionen, um überlegte Entscheidungen zu treffen.
- **Strategien zur Geduldsförderung:** Effektive Methoden zur Stärkung von Geduld und Impulskontrolle anwenden.
- **Emotionsregulation:** Techniken zur besseren Steuerung emotionaler Reaktionen in stressigen Situationen.
- **Wissenschaftliche Grundlagen:** Die psychologischen und neurologischen Aspekte von Geduld und Ungeduld und deren Auswirkungen.

### DIE TEILNEHMER:INNEN ERHALTEN IMPULSE, UM...

- ... ein tiefes Verständnis für die Rolle der Geduld in beruflichen Situationen zu entwickeln.
- ... praktische Techniken zur Förderung der Geduld anzuwenden.
- ... Tools zur langfristigen Verbesserung der Impulskontrolle zu nutzen.
- ... besonnenerere Entscheidungen zu treffen, ihre Zeit besser zu gestalten und Gespräche effektiver zu führen.
- ... ihre Stressresistenz und innere Balance zu fördern.