

Seminar

# Souverän durch Selbstführung

Die Kunst sich selbst zu leiten



## Die Top-Themen:

- **Mit Stress lösungsorientiert umgehen und leistungsfähig bleiben**
- **Einen bewussteren Zugang zu den eigenen Ressourcen und Stärken schaffen**
- **Die Selbstreflexionsfähigkeit stärken und aus einer gesunden Distanz die Aufgaben meistern**
- **Kritische Situationen in Eigen-Macht, anstatt in Ohn-Macht lösen**
- **Persolog Selbstführungsprofil: Ihr Werkzeugkasten für mehr Gelassenheit und Souveränität**

## Termine und Orte

10. und 11. Oktober 2017  
München

30. und 31. Januar 2018  
Düsseldorf

05. und 06. Juni 2018  
Freising bei München

„Wer sich selbst nicht führen kann,  
kann gar nichts führen.“  
Peter Drucker,  
Vater des modernen Managements

## Ihre Seminarleitung

Dipl.-Betriebswirt (BA)  
Marcus B. Hausner,  
Kooperationspartner der Unter-  
nehmenslotsen, Albershausen

## Allgemeine Informationen

### Zielsetzung

**Technische Fach- und Führungskräfte stehen heute vor wachsenden Anforderungen: Die Kundenwünsche werden individueller und anspruchsvoller, die Erwartungen der Mitarbeitenden steigen, die gesetzlichen Auflagen nehmen zu und die Reaktionszeiten sinken. Sie kümmern sich um das überhandnehmende Tagesgeschäft, lösen Probleme im Minutentakt und stellen sich zunehmend die Frage: Wie ist das zu bewältigen? Selbstführung zeigt Wege auf, verantwortlich mit den eigenen Ressourcen und den gestellten Aufgaben umzugehen.**

Das praxisorientierte Seminar versetzt die Teilnehmer in die Lage, anhand des persolog® Selbstführungsprofils eigene Strategien zur Steigerung der Leistungsfähigkeit zu entdecken oder bereits bekannte weiter zu entwickeln. Erkennen Sie Wirkungsdynamiken, die das eigene Erleben bestimmen und die persönliche Leistung unnötig blockieren. Sie werden die eigenen Ressourcen, Gedanken- und Gefühlsmuster kennen und die Auswirkung auf die eigenen Leistungen verstehen und gezielt für die Aufgabenerfüllung einsetzen können. Darüber hinaus lernen Sie die sieben Selbstführungsstrategien kennen und anwenden.

Blieben Sie leistungsfähig bei steigenden Anforderungen!


### Zielgruppe

- Technische Führungskräfte mit und ohne disziplinarische Verantwortung aus allen industriellen Branchen
- Projektleiter
- Gruppen- und Abteilungsleiter
- Bereichsleiter technischer Fachabteilungen

### Inhouse-Seminar

Dieses Seminar können Sie auch als firmeninterne Schulung buchen:

Wir erstellen Ihnen gerne ein individuelles Angebot. Rufen Sie uns an.

 Frau Angela Bungert/Herr Jens Wilk  
Tel.: +49 211 6214-563/-307, E-Mail: [inhouse@vdi.de](mailto:inhouse@vdi.de)

### Veranstaltungsdokumentation

Jeder Teilnehmer erhält eine ausführliche Dokumentation in Form eines Handbuchs. Zum Abschluss erhält jeder Teilnehmer eine VDI Wissensforum-Teilnahmebescheinigung.



### Seminarleitung

Dipl.-Betriebswirt (BA) Marcus B. Hausner,  
Kooperationspartner der Unternehmenslotsen, Albershausen



Dipl.-Betriebswirt (BA) Marcus B. Hausner, Co-Autor des persolog® Selbstführungsprofils, begleitet als Unternehmenslotse seit Jahren Geschäftsführer und Führungskräfte auf ihrer Reise zu persönlichem und unternehmerischem Wachstum. Als Lotse ist es sein Anliegen eine wertvolle und wirksame Unternehmens- und Führungskultur in mittelständischen Organisationen zu etablieren und zu stärken.

Seit 1999 hat sich der Gründer der AK Personalentwicklung an der Berufsakademie Stuttgart einen Namen im Bereich des instrumentierten und handlungsorientierten Lernens gemacht.

### Seminarmethoden

In diesem Seminar erhalten Sie fundierten theoretischen Input zur Grundlage des Selbstführungsmodells von Prof. Günter Müller, der Universität Landau, sowie eine Fülle erfahrungsbezogener und praxisrelevanter Hinweise. Sie erarbeiten sich in Einzel- und Gruppenarbeit wichtige Erkenntnisse und profitieren von dem Erfahrungsaustausch und lebhaften Diskussionen. Bereits im Seminar bilden Sie eine sog. „Lernpartnerschaft“, die Ihnen lange über die Veranstaltung hinaus einen Gesprächspartner zur Umsetzung der Erkenntnisse an die Seite stellt. Nach drei Monaten haben Sie die Gelegenheit an einem virtuellen Transfer-Treffen teilzunehmen. Sie besprechen mit dem Trainer und den anderen Teilnehmern, wie Sie Impulse aus dem Seminar im Alltag umgesetzt haben und profitieren von den Erfahrungen der anderen.



### Weitere interessante Veranstaltungen

#### Boxenstopp für erfahrene Führungskräfte

19. und 20. Juli 2017, Stuttgart

#### Unter Druck souverän bleiben

02. und 03. August 2017, Raunheim bei Frankfurt

#### Die Macht der Beeinflussung

15. und 16. August 2017, Berlin

## Seminarinhalte

**1. Tag** 09:00 – 18:00 Uhr

**2. Tag** 08:30 – 17:00 Uhr

### Selbstführung – Worum geht es?

- Die Welt in der wir leben – Trends am Arbeitsplatz und in der Gesellschaft
- Persönliche Einstellungen sind das Steuerruder meiner Reise
- Meine Möglichkeiten – Meine Ressourcen
- Selbstbewusstsein steigern
- Mein Praxis-Projekt als Trainingslager

#### ++ Praktische Übungen:

- Wie beeinflusst meine persönliche Einstellung mein Arbeitsverhalten?
- Erstellung einer eigenen Ressourcenlandkarte
- Praxis-Projekt Planer anlegen: Ihr Fahrplan für die kommenden acht Wochen werden.

### Mit dem persolog® Selbstführungsprofil die berufliche Selbstwirksamkeit erhöhen

- Das persolog® Selbstführungsprofil erstellen
- Eigene Stärken weiter entwickeln und Schwächen erkennen
- Dimensionen der Selbstführung im betrieblichen Alltag nutzen

#### ++ Praktische Übungen:

- Sie bearbeiten das persolog® Selbstführungsprofil und erarbeiten Ihre eigenen Stärken und Schwächen in punkto Selbstführung.

### Kognitive Selbstführung – Die Macht meiner Gedanken verstehen

- Zielsetzung: Was will ich wirklich
- Willensstärke: Wenn der innere Schweinehund mit mir Gassi geht

#### ++ Praktische Übungen:

- Sie führen eine persönliche Selbsteinschätzung Ihrer Ziel-Motive durch und erkennen so schneller auftretende Zielkonflikte, die das Erreichen der eigenen Ziele blockieren können.
- Mentales Probehandeln zur Bewältigung herausfordernder Aufgaben.

### Emotionale Selbstführung – Die Kraft meiner Emotionen nutzen

- Motivationskontrolle: Was gibt mir Energie und treibt mich an?
- Gefühlssteuerung: Vom reifen Umgang mit „der Macht“ in mir

#### ++ Praktische Übungen:

- Lernen Sie die Vielfalt Ihrer Gefühle wahrzunehmen und die Kraft dieser Emotionen in günstige Bahnen zu lenken.
- Schwierige Situationen positiv umdeuten.

### Verhaltensbezogene Selbstführung – Die Wirkung meines Verhaltens wahrnehmen

- Umfeldgestaltung: „Packen wir's an“ ... der Unterschied zwischen Interessens- und Einflussbereich
- Verhaltensanpassung: Warum wir uns verhalten, wie wir uns verhalten und wie sich das auch verändern darf

#### ++ Praktische Übungen:

- Identifizieren Sie veränderliche Leistungsblockaden an Ihrem Arbeitsplatz und beschreiben Sie erste Schritte der Veränderung.
- Reflektieren Sie Ihr Verhalten und beschreiten Sie Wege, wie Sie qualifiziertes Feedback für Ihr persönliches Wachstum aus Ihrem Umfeld erhalten.

### Physische Selbstführung – Körperliche Belastbarkeit als Grundlage beruflicher Leistung

- Vitalitätsmanagement: Die 3 Faktoren der Leistungskraft entdecken
- Gesunde Gewohnheiten für die berufliche Laufbahn stärken

#### ++ Praktische Übungen:

- Erarbeiten Sie sich eine persönliche Standortbestimmung für Ihre Pausen-, Bewegungs- und Ernährungsgewohnheiten.
- Entdecken Sie Ihre Wege, um Energie und Ausgleich zu gewinnen.

### Ab heute ... Perspektiven für mehr Selbstwirksamkeit im Job

- Transfer in den Alltag: LernKarten und TransferTreffen
- Zusammenfassung und Ausblick



#### Dranbleiben! Sichern Sie Ihren Praxis-Transfer

Nach drei Monaten haben Sie die Gelegenheit an einem virtuellen Transfer-Treffen teilzunehmen. Sie besprechen mit dem Trainer und den anderen Teilnehmern, wie Sie Impulse aus dem Seminar im Alltag umgesetzt haben und profitieren von den Erfahrungen der anderen.



Sie haben noch Fragen?  
Kontaktieren Sie uns einfach!

**VDI Wissensforum GmbH**  
Kundenzentrum  
Postfach 10 11 39  
40002 Düsseldorf  
Telefon: +49 211 6214-201  
Telefax: +49 211 6214-154  
E-Mail: [wissensforum@vdi.de](mailto:wissensforum@vdi.de)  
[www.vdi-wissensforum.de](http://www.vdi-wissensforum.de)

✓ Ich nehme wie folgt teil (zum Preis p. P. zzgl. MwSt.):

Seminar		
<input type="checkbox"/> 10. und 11. Oktober 2017 München (095E049007)	<input type="checkbox"/> 30. und 31. Januar 2018 Düsseldorf (095E049008)	<input type="checkbox"/> 05. und 06. Juni 2017 Freising bei München (095E049009)
EUR 1.690,-	EUR 1.690,-	EUR 1.690,-

8888

Ich bin VDI-Mitglied und erhalte **pro Veranstaltungstag EUR 50,- Rabatt** auf die Teilnahmegebühr: VDI-Mitgliedsnummer\* \_\_\_\_\_

\* Für den VDI-Mitglieder-Rabatt ist die Angabe der VDI-Mitgliedsnummer erforderlich.

**Meine Kontaktdaten:**

Nachname \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Titel \_\_\_\_\_ Funktion/Jobtitel \_\_\_\_\_ Abteilung/Tätigkeitsbereich \_\_\_\_\_

Firma/Institut \_\_\_\_\_

Straße/Postfach \_\_\_\_\_

PLZ, Ort, Land \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ Mobil \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_

Abweichende Rechnungsanschrift \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

**Teilnehmer mit einer Rechnungsanschrift außerhalb Deutschlands, Österreichs oder der Schweiz bitten wir mit Kreditkarte zu zahlen:**

Karteninhaber \_\_\_\_\_  Visa  Mastercard  American Express

Kartenummer \_\_\_\_\_ Prüfziffer \_\_\_\_\_ gültig bis (MM/JJ) \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Die **allgemeinen Geschäftsbedingungen** der VDI Wissensforum GmbH finden Sie im Internet:  
[www.vdi-wissensforum.de/de/agb/](http://www.vdi-wissensforum.de/de/agb/)

**Veranstaltungsort(e)**

**München:** Tryp Hotel München, Paul-Heyse-Str. 24, 80336 München, Tel. +49 89 51490-0,  
E-Mail: [reservations.tryp.muenchen@melia.com](mailto:reservations.tryp.muenchen@melia.com)

**Düsseldorf:** NH Düsseldorf City Nord, Münsterstr. 232-238, 40470 Düsseldorf, Tel. +49 211 239486-0,  
E-Mail: [nhduesseldorfcitynord@nh-hotels.com](mailto:nhduesseldorfcitynord@nh-hotels.com)

**Freising bei München:** Mercure Hotel München Freising Airport, Dr.-von-Daller-Str. 1-3, 85356 Freising bei München,  
Tel. +49 81 61532-0, E-Mail: [ha0q8-sb@accor.com](mailto:ha0q8-sb@accor.com)

Im Veranstaltungshotel steht Ihnen ein begrenztes **Zimmerkontingent** zu Sonderkonditionen zur Verfügung. Bitte buchen Sie Ihr Zimmer frühzeitig per Telefon oder E-Mail direkt bei dem Hotel mit dem Hinweis auf die „VDI-Veranstaltung“. Weitere Hotels in der Nähe des Veranstaltungsortes finden Sie auch über unseren kostenlosen Service von HRS, [www.vdi-wissensforum.de/hrs](http://www.vdi-wissensforum.de/hrs)



**Leistungen:** Im Leistungsumfang sind die Pausengetränke und an jedem vollen Veranstaltungstag ein Mittagessen enthalten. Ausführliche Veranstaltungsunterlagen werden den Teilnehmern am Veranstaltungsort ausgehändigt.

**Exklusiv-Angebot:** Als Teilnehmer dieser Veranstaltung bieten wir Ihnen eine 3-monatige, kostenfreie VDI-Probenmitgliedschaft an (dieses Angebot gilt ausschließlich bei Neuaufnahme).

**Datenschutz:** Die VDI Wissensforum GmbH erhebt und verarbeitet Ihre Adressdaten für eigene Werbezwecke und ermöglicht namhaften Unternehmen und Institutionen, Ihnen im Rahmen der werblichen Ansprache Informationen und Angebote zukommen zu lassen. Bei der technischen Durchführung der Datenverarbeitung bedienen wir uns teilweise externer Dienstleister. Wenn Sie zukünftig keine Informationen und Angebote mehr erhalten möchten, können Sie bei uns der Verwendung Ihrer Daten durch uns oder Dritte für Werbezwecke jederzeit widersprechen.

Nutzen Sie dazu die E-Mail Adresse [wissensforum@vdi.de](mailto:wissensforum@vdi.de) oder eine andere oben angegebene Kontaktmöglichkeit.

Mit dem FSC® Warenzeichen werden Holzprodukte ausgezeichnet, die aus verantwortungsvoll bewirtschafteten Wäldern stammen, unabhängig zertifiziert nach den strengen Kriterien des Forest Stewardship Council® (FSC). Für den Druck sämtlicher Programme des VDI Wissensforums werden ausschließlich FSC-Papiere verwendet.

