

Selbstsicher in der Führung

Meistern Sie jede Führungsherausforderung souverän



Termin

Mi. 02.04.2025, 10:00 Uhr –
Do. 03.04.2025, 17:00 Uhr

Teilnahmegebühren

Präsenz-Teilnahme
[Für HDT-Mitglieder](#) 1.590,00 €*

1.690,00 €*

Veranstaltungsort

Haus der Technik e.V.
Hollestr. 1
45127 Essen



Weitere Informationen und die
Möglichkeit zur Online-Buchung
Ihrer Teilnahme finden Sie auf der
[Veranstaltungs-Webseite](#).

Stand: 03.08.2026, 14:46 Uhr

Selbstsicher in der Führung

In dynamischen, sich schnell wandelnden Arbeitsumfeldern sind Selbstsicherheit und Souveränität eine Schlüsselkompetenz für erfolgreiches Führen. Kluges und ausgewogenes Verhalten bei Kommunikation, Kooperation und Entscheidungen beruht auf der Fähigkeit, das eigene situative Befinden gut zu erfassen, zu verstehen und bedarfsgerecht zu regulieren.

Je besser wir uns selbst kennen und verstehen, desto klarer lässt sich erkennen, wie eng unsere Selbstsicherheit mit unseren persönlichen Bedürfnissen, Glaubenssätzen und Gedankenmustern verknüpft ist. Hierin liegt ein wichtiger Schlüssel, um die innere Standfestigkeit und Stärke weiterzuentwickeln und sich mehr und mehr als ‚Fels in der Brandung‘ anstatt als ‚Fähnchen im Wind‘ zu erleben.

Führungskräfte haben es selbst in der Hand, ihre Selbstsicherheit und Souveränität zu stärken und so ein ausgewogenes Führungsverhalten zu entwickeln, das Grundlage für ein vertrauensvolles und produktives Zusammenwirken ist.

Zum Thema

Investieren Sie in Ihre Führungspersönlichkeit und erfahren Sie, wie mehr Selbstsicherheit Sie und Ihr Team robuster und resilienter für die Herausforderungen des Alltags macht.

In unseren Arbeitswelten wird selbstsicher und souverän wirkendes Verhalten als persönlicher Erfolgsfaktor geschätzt. Wenn dagegen der Eindruck entsteht, dass Mitarbeitende und insbesondere Führungskräfte sich nicht ‚im Griff‘ haben, sieht man sie als eher schwache Persönlichkeiten. Werden beispielsweise Führungskräfte als impulsiv, aufbrausend oder emotional unberechenbar erlebt, wirkt sich das negativ auf die Vertrauenskultur, das Konfliktlösungsverhalten und die Motivation im Team aus und mindert dessen Produktivität.

Zielsetzung

Sie vertiefen Ihr Verständnis für Ursachen, Auswirkungen und Regulierung von Stressfaktoren und emotionaler (In-)Stabilität im Arbeitskontext.

Sie erkennen angespannte Zustände frühzeitig und balancieren sie mit kraftvoller Ruhe aus.

Sie entwickeln mehr Gelassenheit und strahlen mehr Professionalität und Souveränität aus.

Sie stärken ein Klima des Vertrauens und des konstruktiven Austauschs für ausgewogene Handlungsweisen und Entscheidungen.

Sie stabilisieren Ihre Gesundheit und Leistungsfähigkeit.

USP

Lösungsorientiertes Intensivtraining in kleiner Gruppe

Neue Perspektiven im Führungsverhalten

Praxisorientierter Erfahrungsaustausch

Programm

02.04.2025

10:00–13:00	Emotionale Stabilität in der Arbeitswelt Die folgenden Schwerpunktthemen werden bedarfsorientiert und praxisbezogen vertieft. Für Fragestellungen der Teilnehmenden werden Lösungswege und Handlungsalternativen aufgezeigt. • Bedeutung von Emotionen im Berufsalltag • Auswirkungen von impulsgesteuertem im Vergleich zu impulskontrolliertem Verhalten • Wechselwirkungen zwischen Emotionen und Gedanken(mustern) • Regulieren von Emotionen und Stresszuständen
-------------	--

13:00–14:00	Mittagessen
-------------	--------------------

14:00–18:00	Selbstführung • Gelassenheit und Wahlfreiheit im Handeln als hohes Gut • Eigene Emotionen frühzeitig wahrnehmen • Erkennen von emotionalen Reaktionsmustern und deren Wirkung auf andere • Handlungsoptionen zur Impulskontrolle und Stressregulierung • Die eigene Resilienz steigern • Achtsamkeit als wirkungsvolles Instrument der Selbstreflexion
-------------	--

03.04.2025

09:00–12:00	Beziehungsorientiertes Führungsverhalten • Die eigene Führungspersönlichkeit und Führungskompetenz weiterentwickeln • Kritische Situationen erkennen und konstruktiv lösen • Bedacht und angemessen kommunizieren • Sofortmaßnahmen in eskalationsgefährdeten Situationen • Motivation, Vertrauens- und Lernkultur stärken
-------------	---

12:00–13:00	Mittagessen
-------------	--------------------

13:00–17:00	Bewältigungsstrategien zum Transfer in den Alltag • Sich mit bewährten Strategien und Methoden vertraut machen • Eigene Prioritäts- und Entwicklungsplanung vornehmen
-------------	---

Hinweise

Die benannten Schwerpunktthemen werden bedarfsorientiert und praxisbezogen vertieft. Dabei werden für Fragestellungen der Teilnehmenden Lösungswege und Handlungsalternativen aufgezeigt.

Dieses Seminar findet in einem kleinen Teilnehmerkreis statt, um auf individuelle Bedarfe einzugehen. Dabei kommen folgende Methoden zum Einsatz:

Impulsbeiträge, Erfahrungsaustausch, Fallbeispiele und Tipps aus der Praxis, Kollegiale Beratung, Einzel- und Gruppenarbeiten, ganzheitlich wirksame Stärkungsübungen, Feedback, Reflexion und Transfer, Lehrmaterialien.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung.

Auf Wunsch kann dieses Training auch als maßgeschneiderte Inhouse-Qualifizierung in Ihrem Unternehmen durchgeführt werden.