

Selbstsicher in der Führung

Meistern Sie Ihre Führungsherausforderungen souverän!



Termin

Di. 21.04.2026, 10:00 Uhr –
Mi. 22.04.2026, 17:00 Uhr

Teilnahmegebühren

Präsenz-Teilnahme
Für HDT-Mitglieder 1.590,00 €*
Für Nicht-Mitglieder 1.690,00 €*

1.690,00 €*
1.590,00 €*

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, 14:52 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

21.04.2026

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

22.04.2026

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

Referenten



Dr.-Ing. Ralf Schimetzek, M.Sc.

Chemieingenieur, Organisations-, Führungskräfte- und Personalentwickler, Change-Manager
 Inhaber der Dr. Schimetzek Organisations- und Personalberatung
 für Führung | Teamentwicklung | Veränderungsbegleitung (www.drs-development.com)
 • Beratung, Training und Prozessbegleitung für nachhaltig wirkungsvolle Weiterentwicklung
 • Arbeitsschwerpunkte mit Fokus auf pragmatische Veränderungsprozesse:

- Führung
- Laufbahnentwicklung
- Nachhaltigkeit
- Arbeitssicherheit, Prävention

Unternehmensberatung HR4GREEN GmbH für nachhaltiges Wirtschaften (2021-2025)
Mitgründer und Senior Consultant mit Fokus auf Beratung, Konzeption, Training und Prozessbegleitung

Freiberuflicher Berater, Trainer, Veränderungsbegleiter, Moderator (Präsenz-, Online-, Hybridformate; seit 2002)

- Beratung, Training, Coaching in Persönlichkeitsentwicklung, Selbst- und Konfliktmanagement, Teamentwicklung

- Führungstrainings, u.a. im Haus der Technik, Essen

- Lehrauftrag für Personalmanagement an der Dualen Hochschule Baden-Württemberg Mannheim

BASF SE im In- und Ausland

- Change Management zur Weiterentwicklung einer präventiven Arbeitssicherheitskultur (2019-2021)

- Global Talent Management (2014 - 2019)

- Personal- und Führungskräfteentwicklung im regionalen und globalen Kontext (2002-2013)

- Verfahrensentwicklung, Produktionsoptimierung, Sicherheitstechnik (1994-2002)

Langjährige Führungserfahrung in Linien- und Projektleitungsfunktionen

Aus- und Weiterbildungen in Training, Coaching und Systemischer Beratung zur Organisations-, Führungskräfte-, Team- und Persönlichkeitsentwicklung (u.a. Systemik, Coaching, Agile Methoden, Moderation, Mediation)

Promotion zum Dr.-Ingenieur (Universität Dortmund in Kooperation mit Bayer AG, 1989-1994)

Studium des Chemieingenieurwesens (Universität Dortmund, 1982-1989)

Selbstverständnis als Berater, Trainer und Prozessbegleiter:

Die Grundhaltung von Herrn Schimetzek ist geprägt vom Verständnis, dass erfolgreiche Entwicklung maßgeblich durch sinnstiftende Zielbilder, partizipative Führung und verantwortungsvolles Handeln gestärkt wird. In der Begleitung seiner Kunden kombiniert er Pragmatismus und Lösungsorientierung seiner Ingenieur-Ausbildung mit aktuellem Kulturentwicklungs-, Führungs- und Persönlichkeitsentwicklungs-Knowhow. Auf fundiertem Fach- und Praxiswissen aufbauend, entstehen in vertrauensvoller Atmosphäre auf lebendige, professionelle Weise bedarfsgerechte und wirksame Lösungen.

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.