



Behördenmanagement

Fortbildungen für Führungskräfte und Führungskräftenachwuchs 2025

FA-04 „Mindful Leadership: Sich selbst und andere emotional intelligent führen“

- Datum:** 4. und 5. November 2025 (Dienstag und Mittwoch)
- Ort:** Trier
- Zielgruppe:** Führungskräfte, die die Basismodule bereits abgeschlossen haben.
- Inhalt:** Folgende Inhalte sind vorgesehen:
- Mindful Leadership als emotional intelligente Führung erlernen: die innere, bewusste Haltung einer Führungskraft zu sich selbst, die ermöglicht, sich selbst zu steuern und andere emotional intelligent zu führen
 - Impulse zu Resilienz, emotionaler Intelligenz und der Kompetenz Selbststeuerung als Grundlage von Mindful Leadership
 - Verstehen, wie man seine Selbststeuerungsfähigkeit erhöhen und Belastungen nachhaltig und selbstständig managen kann, um der Hektik und Unplanbarkeit des Alltags mit mehr Resilienz, Gelassenheit und Empathie für sich und andere zu begegnen
 - Die entspannende, Kraft und Fokus gebende Wirkung von achtsamkeitsbasiertem Bewusstheitstraining durch praktische Übungen erleben und im Führungsalltag anwenden
 - Wissenschaftliche Hintergründe und Wirkmechanismen
 - Methoden: Inhaltliche Impulse, verschiedene Selbstreflexionen, moderierter Austausch in Kleingruppen und Diskussion zu den unterschiedlichen Seminarinhalten und persönlichen Fallbeispielen
- Referierende:** Alexandra Messerschmidt
zertifizierte Mindful Leadership Trainerin
Universität Witten Herdecke
- Anmeldefrist:** 5. November 2024
- Veranstalter:** Rheinland-Pfalz