

Arbeits- und Lebensführung im „Doppel-Sandwich“

Ihre individuelle Antwort auf die Doppel-Herausforderung: „Führungskraft und Elternschaft“

Ziel

- Sie agieren im Spannungsfeld des „Doppelsandwiches“ zwischen verschiedenen und sich gelegentlich widersprechenden Erwartungen realistisch, ziel-, prioritäts- und wertorientiert.

Ihr Nutzen

- Sie können entspannter leben und arbeiten.

Inhalt

- Ihre individuellen Ziele und Anliegen.
- Klären von verschiedenen Anforderungen aus den verschiedenen Rollen.
- Realistische Vorstellungen, perfektionistische Anforderungen an sich selbst und Umgang mit schlechtem Gewissen.
- Win-win Absprachen im systemischen Kontext beider Rollenfelder treffen.
- Spannungsfelder vorausschauend erkennen und mit diesen strategisch günstig umgehen.
- Vorbereitung der Umsetzung in die eigene Führungs- und Lebenspraxis.

Methoden

- Praxisorientiertes Vorgehen mit gezieltem Input, Gelegenheit zu individueller Reflexion, Einzel- und Kleingruppenarbeit, Erfahrungsaustausch, mentalen Übungen, Gesprächssimulationen in einem positiven Seminarklima.

Zielgruppe

Führungskräfte,
die Eltern
minderjähriger
Kinder sind

Dauer

2 – 3 Tage

Gruppengröße

max. 12
Teilnehmende