

„Stressless Leadership“

Sich und andere führen – mit mentaler, emotionaler und physischer Fitness

Stress ist nach neusten wissenschaftlichen Untersuchungen einer der gefährlichsten psychosozialen Risikofaktoren, die unsere Arbeitswelt, die Familie, die Verbindungen dazwischen und vor allem unsere Lebensqualität prägt. Stress ist mittlerweile nach den WHO - (Weltgesundheitsorganisation) Kriterien einer der grössten Verursacher von psychischen Krankheiten. Die Folgen daraus: Arbeitsunfähigkeit, Behandlungskosten, Arbeitslosigkeit durch Stellenverlust und Berentung kostet die Volkswirtschaften Milliarden. Dies fordert von HR Fachleuten und Führungskräften ein Umdenken.

Ich spreche deshalb die Themen rund um *Stress und psychosoziale Risiken* an: Der Sinn der Arbeit, die Werte und die Wertschätzung, Feedbackkultur, Motivation, Empowerment, Rollenklärung, Leistungsfähigkeit und Ziele, Umgang mit Kritik und Aggressionen, Aufbau von Vertrauen und Selbstvertrauen. Ich begleite Sie und Ihre Mitarbeiter bei Krisen und Veränderungsprozessen und schaffe die Brücke zwischen Leadership und Management, mit Druck und Leistungsstress umzugehen.

„Stressless Leadership“

- Oft entwickeln sich Mandate aufgrund individueller Bedürfnisse die wir in einem Gespräch vorher genau klären („*the top 9 effective leadership skills*“)
- Bei meiner Arbeit halte ich mich an die Werte und Vorgaben des Auftraggebers
- Mein Arbeitsstil beruht auf den Grundlagen der Systemtheorie, ergänzt mit einer internationalen Masterausbildung (Master of Arts) in Wirtschafts- und Organisationspsychologie.
- Ich bilde mich ständig weiter (Tauchlehrer Master 3*) und beteilige mich an Tauchexpeditionen auf der ganzen Welt, Führen von Gruppen auf offener See (www.vdtl.de).

„Horsepower Leadership Skills“ - Natural Leadership: Entwickeln sie zusammen mit dem Pferd Ihre eigenen, unentdeckten Leadership-und Stress-Kompetenzen, in einer kurzen Auszeit, in natürlichen Umgebung, fernab von Hektik und Leistungsdruck und bauen Sie diese verblüffenden Erfahrungen in Ihren Alltag ein.

- Aus über 15 jähriger, vielschichtiger Erfahrung im Coaching von Mitarbeitern habe ich individuelle Trainings mit Pferden weiterentwickelt – und die Erfahrungen daraus als enorme Bereicherung wieder in die Unternehmungen und Projekte zurückgegeben. Das Wesen Pferd ist ein sensibler Spiegel für all das was wir empfinden, was wir tun, wie wir uns gerade fühlen, wie wir kommunizieren und was wir erreichen wollen – so wie Ihre Mitarbeiter auch.
- Durch ein Coaching mit den Pferden können sich Blockaden lösen und Ängste abbauen. Es kann sich eine veränderte Dimension der Kommunikation und eine lang ersehnte Gelassenheit entwickeln.