

## Basiskurs Selbstführung

Frei nach dem Motto „nur wer sich selbst führen kann, kann andere führen“ bietet dieser Kurs eine Gelegenheit zur intensiven Selbstreflexion, Erforschung und (Weiter-)Entwicklung der eigenen Persönlichkeit und der reflektierten Gestaltung der eigenen professionellen Rollen. Dabei spielt im Kontext von Diakonie und Kirche die Auseinandersetzung mit dem eigenen Glaubensleben als Ressource für die Arbeit natürlich auch eine Rolle.

Denn Führungskräfte bewegen sich in einem permanenten Spannungsfeld zwischen den diversen strategischen Zielen ihrer Organisation, den individuellen Bedürfnissen der Mitarbeitenden und den eigenen beruflichen und privaten Wünschen und Interessen. Das gilt in besonderer Weise für Führungskräfte in Diakonie und Kirche. Erfahrungen von Einsamkeit im Amt einerseits und die hohe Komplexität auf der anderen Seite, die Räume für die Auseinandersetzung mit sich als Person und in der Rolle erschweren, verstärken häufig den Eindruck, mehr fremd- als selbstbestimmt zu agieren. Die Herausforderungen, die eigene Balance selbstverantwortlich zu gestalten, Stress und Ansprüchen gesund zu begegnen und damit als Führungskraft dem eigenen Anspruch wirksam entsprechen zu können, sind entsprechend groß und brauchen bewusste Reflexion. Dieses Kursangebot möchte Denk- und Handwerkszeug sowie Erfahrungs- und Erprobungsräume bieten, damit besser umzugehen.

### Schwerpunkte

Modul 1 - Wo komme ich her?

- Was macht mich aus?
- Welche Werte, Einstellungen, Glaubenssätze leiten mich?
- Was treibt mich an, was motiviert mich in meiner Arbeit?
- Worüber identifiziere ich mich? Was sind meine Säulen der Identität?
- Was sind meine Stärken und meine Entwicklungsfelder?

Modul 2 - Was bewegt mich aktuell?

- Welche Gedanken beschäftigen mich? Wie kann ich sie positiv nutzen?
- Wie kann ich meine Emotionen positiv managen?
- Wie wirke ich auf andere?
- Wie gehe ich um mit Stress, Konflikten, Widerständen, Veränderung?

Modul 3 - Wie richte ich mich für die Zukunft aus?

- Welche Visionen, Ziele und Prioritäten verfolge ich?
- Wie komme ich auf neue Ideen und Wirkungsfelder?
- Wie intensiviere ich Sinnstiftung und Wirksamkeit?

### Methoden

- Trainerimpulse
- Kleingruppen- und Partnerarbeit
- Plenumsaustausch
- Aufstellungsarbeit
- Entspannungsübungen und Meditationen

### Ergebnisse

Die Teilnehmenden

- verfeinern ihr Verständnis für eigene Reaktions- und Verhaltensweisen,
- trainieren Selbstbewusstheit und Selbstregulierung,
- entwickeln effektive Strategien, um schwierige Situationen zu meistern,
- reflektieren ihre Ziele und Visionen,
- vertiefen Wirksamkeit und Sinnstiftung.

### Zielgruppe

Haupt- und ehrenamtliche Führungskräfte in Kirche und Diakonie

### Termine

11.-12. November 2021  
13.-14. Dezember 2021  
24.-25. Januar 2022

### Ort(e)

Supervisionszentrum Berlin, 10827 Berlin

<b>Preis</b>	1.490,00 EUR plus Übernachtung/Verpflegung
<b>Teilnehmende</b>	max. 12
<b>Dozierende</b>	Sylvie Elise Trentzsch, Studienrätin, Ergotherapeutin, Managementtrainerin und Systemischer Coach, Berlin
<b>Inhaltliche Anfragen</b>	Dr. Lars Charbonnier 030 203 55-586 <a href="mailto:lars.charbonnier@fa-kd.de">lars.charbonnier@fa-kd.de</a>
<b>Anmeldung</b>	Bianka Mertel 030/ 203 55-583 <a href="mailto:bianka.mertel@fa-kd.de">bianka.mertel@fa-kd.de</a>
<b>Veranstaltungs-Nr.</b>	560211