

# MENTAL RESET

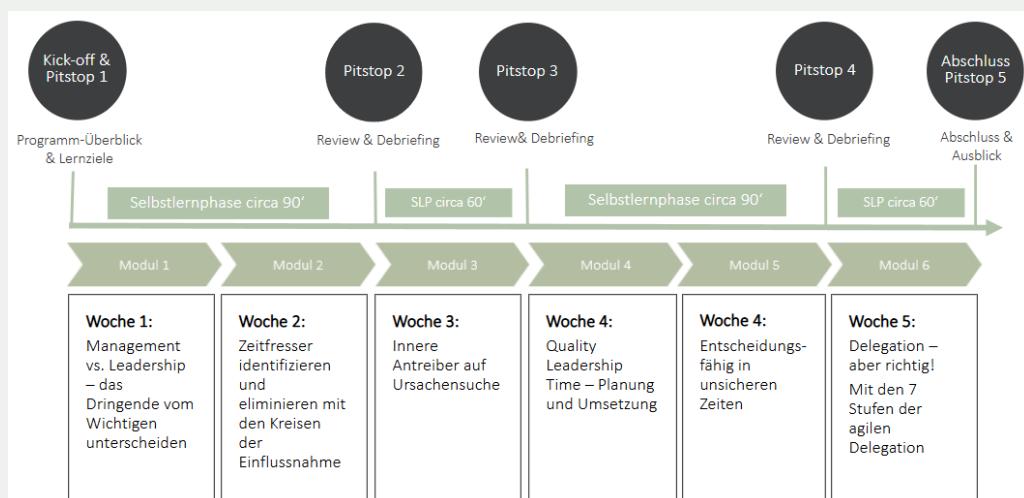
WIE DU MEHR FOKUS SCHAFFEN KANNST UND WIEDER KONTROLLE ÜBER DEINE ZEIT HAST

## STARTPUNKT

- ✓ Hang zum Aktionismus
- ✓ Zu viele To do's
- ✓ Keinen Platz zum Nachdenken über wichtige Führungsthemen, vertrauensvolle Mitarbeitergespräche und persönliches Auftanken

## ZIELLINIE

- ✓ Mentale Agilität – die Fähigkeit rein und raus zu zoomen
- ✓ Mehr Bewusstsein & inneres Wachstum
- ✓ Produktivitätsbooster
- ✓ Glasklare Priorisierung zwischen dringend und wichtig



## WICHTIGE MEILENSTEINE AUF DEINER REISE:

- ✓ Finde Zeit für essentielle Leadership Themen im Führungsalltag und nutze diese Zeit effektiv, um Deinen Purpose und Einfluss wirksam umzusetzen.
- ✓ Identifiziere Deine persönlichen Zeitfresser und entwickle Routinen und Standards, um wieder Kontrolle über Deine Zeit und Energie zu haben.
- ✓ Reflektiere Deine inneren Antreiber, wie diese Deine Effektivität als Führungskraft beeinflussen und erziele durch das richtige Führungsverhalten bessere Ergebnisse.
- ✓ Nutze die 7 Delegationsstufen, um effektiv zu delegieren und Dein Team zum Wachstum, Kreativität und Eigenverantwortung zu befähigen.
- ✓ Verbinde Dich wieder mit der Freude und Erfüllung in Deiner Rolle.

## BEINHALTET:

- ✓ Zugriff auf eine digitale Selbstlernreise mit 6 Modulen, 8 Lernvideos, 8 Aufgaben und einem geführten Transfer in Dein Arbeitsleben
- ✓ Ein Workbook zum Nachlesen und Vertiefen
- ✓ Wöchentliche Coaching-Sitzungen – insgesamt 5 Stunden mit Deinem persönlichen Coach

## TESTIMONIALS

„Als ich mit dem Programm gestartet habe, war ich an einem Punkt, wo ich keine Ahnung mehr hatte, „warum ich mir das alles antue“. Ich habe die Werkzeuge bekommen, um wieder Verbindung zwischen dem WARUM und dem WAS herzustellen. Am wichtigsten war jedoch, dass ich für mich gelernt habe, wie wichtig und essentiell Pausen für mein eigenes Wohlbefinden und das Teamgefühl sind.“

- Alexandra, Managing Director IT Consulting Agency

„Endlich ist mein Team zusammengewachsen und es ist Vertrauen entstanden. Das ist ein Ergebnis meiner eigenen Veränderung. Ich habe gelernt zu priorisieren, Grenzen zu setzen und mich auf die wirklich wichtigen Führungsthemen zu konzentrieren – statt ständig von einem zum nächsten zu springen. “

- Martin, Projektleiter Automotive

