

presseInformation

Leadership-Ratgeber: Die innere Widerstandskraft gezielt stärken und handlungsfähig bleiben

Resilienzentwicklung für Führungskräfte

Bonn – Wie kann sich eine Führungskraft selbst regulieren und flexibel auf sich verändernde Bedingungen reagieren? Wie kann ihre Resilienz auch auf der Mitarbeiterebene wirksam werden? Das Handbuch „Resilienzentwicklung für Führungskräfte“ von Merle Meier liefert praktische Methoden und prägnante Anleitungen, die sich leicht in den Arbeitsalltag übertragen lassen. Der neue Band aus der Reihe „Leadership kompakt“ ist soeben im Bonner Fachverlag managerSeminare erschienen.

Je höher der Aufstieg auf der Karriereleiter ist, desto schwerwiegender können die Entscheidungen ausfallen, die eine Führungskraft treffen muss. Besonders unter in den sich fortlaufenden Rahmenbedingungen der VUCA-Welt und der aktuellen Corona-Krise. Hieran nicht zu zerbrechen, sondern stattdessen gut in die eigene Kompetenz zu kommen, bedeutet resilientes Führungsverhalten. Eine weitere große Herausforderung an Führungskräfte ist es, die passenden Rahmenbedingungen zu schaffen, damit auch ihre Mitarbeitenden eine hohe Resilienz entwickeln und sicher agieren können.

Dazu bietet dieses Handbuch praktisches Werkzeug: Zunächst dreht sich alles um die Stärkung der Resilienz der Führungskraft selbst. Anhand von Übungen zu sieben Resilienzfaktoren lernen LeserInnen, die eigene Fähigkeiten dazu gezielt zu erkennen und zu trainieren. Die praktisch beschriebenen Übungen lassen sich einfach in den Arbeitsalltag übertragen und erzielen schnelle Ergebnisse. Beispiele: In schwierigen Situationen findet die Führungskraft Lösungsalternativen mithilfe der SWOT-Analyse, lernt nach Byron Katie die Perspektive zu wechseln und erkennt Energie-Vampire. Das Konzept der Inneren Antreiber bietet eine gute Hilfestellung, das eigene Führungsverhalten zu reflektieren. Mit einer Übung auf der Basis eines Fragenkatalogs werden LeserInnen sich schrittweise ihrer unsichtbaren Glaubenssätze bewusst. Stressverstärker werden mit dem ABC-Modell eliminiert. Das Flow-Erleben kann trainiert werden, wenn die Aufmerksamkeit auf Tätigkeiten gelenkt wird, die man gerne und mit Gewinn tut. Die Leserschaft entwickelt Zielbilder, optimiert ihr Zeitmanagement und lernt, die Wirkung von Entscheidungen einzuschätzen.

Die Frage, wie man gesunde Führung lebt und die erworbenen Fähigkeiten in der Mitarbeiterebene umsetzt, bildet den zweiten großen Schwerpunkt des Buchs. Hierfür werden 10 Handlungsleitlinien für typische bis herausfordernde Führungssituationen angeboten. Eine praktische Anleitung zur kollegialen Fallberatung rundet das Buch ab.

Als zusätzlicher Service zum Buch stehen umfangreiche digitale Arbeitshilfen zur Verfügung, die die Buchinhalte wirksam ergänzen. LeserInnen erhalten unter anderem Handouts und Audio-Anleitungen zum Ausprobieren: Eine Atemübung, einen Bodyscan und eine Fantasiereise, die durch sieben Resilienzfaktoren führt.

Nähere Informationen zu diesem Buch und eine Leseprobe unter:

<https://www.managerseminare.de/Verlagsprogramm/Resilienzentwicklung-fuer-Fuehrungskraefte,280289>

Download der Presseinformation unter: <https://www.managerseminare.de/presse/pi-12078.doc>

Download der hochauflösenden Buchcover-Datei unter: <https://www.managerseminare.de/presse/tb-12078.jpg>

Merle Meier: Resilienzentwicklung für Führungskräfte. Wie Sie Ihre Handlungsfähigkeit durch Optimierung Ihrer Widerstandskraft gezielt stärken. managerSeminare, Bonn 2021, 144 S. + Online-Arbeitshilfen, kt., ISBN 978-3-95891-086-7, 24,90 Euro

Haben Sie Rückfragen?

Wünschen Sie weitere Materialien?

Wir sind für Sie da:

managerSeminare Verlags GmbH

Pressestelle

Herr Michael Busch

Endenicher Straße 41, D-53115 Bonn

Tel: +49 (0)228/9 77 91-0,

Fax: +49 (0)228/61 61 64

E-Mail: presseinfo@managerseminare.de