

# Fit in Führung: Selbstmanagement!

Klar priorisieren, wirksam entscheiden, leistungsfähig bleiben.

Hohe Anforderungen, steigende Komplexität und ein dichter Arbeitsalltag prägen die Realität vieler Führungskräfte. Sie treffen Entscheidungen, koordinieren Aufgaben und führen Mitarbeitende – und sollen gleichzeitig strukturiert, fokussiert und leistungsfähig bleiben.

Wirksame Führung beginnt bei der eigenen Selbststeuerung. Wer sich selbst klar führt, setzt die richtigen Prioritäten, bleibt auch unter Druck handlungsfähig und schafft Orientierung – für sich und für andere.

Selbstmanagement bedeutet dabei mehr als Zeitplanung: Es geht darum, bewusst zu entscheiden, worauf es wirklich ankommt, den Arbeitsalltag aktiv zu gestalten und auch bei hoher Belastung fokussiert zu bleiben. Ergänzend erhalten die Teilnehmenden kurze Impulse zur mentalen Entlastung und Stabilisierung, um auch nach Unterbrechungen schnell wieder in den Fokus zu finden.

Der Workshop unterstützt die Teilnehmenden dabei, ihre Arbeitsweise zu reflektieren und wirksame Strategien für mehr Klarheit, Fokus und Stabilität im Führungsalltag zu entwickeln.

## Schwerpunkte

- + Selbstmanagement als Grundlage wirksamer Führung: eigene Arbeitsweise bewusst steuern und Klarheit schaffen
- + Prioritäten setzen und Entscheidungen konsequent umsetzen
- + Fokus behalten – auch bei hoher Dynamik und Unterbrechungen
- + Aufgaben und Themen wirksam strukturieren und steuern
- + Eigene Muster erkennen und gezielt verändern
- + Auch unter Druck klar bleiben und handlungsfähig entscheiden

## Methoden

Training mit Workshopcharakter: kurze fachliche Impulse, strukturierte Reflexion, Einzel- und Kleingruppenarbeit, praxisnahe Übungen sowie Impulse zur mentalen Entlastung und schnellen Fokussierung im Arbeitsalltag.

|                 |   |
|-----------------|---|
| Termin:         | 10.12.2026<br>09:00 Uhr bis 17:00 Uhr   |
| Ort:            | Rebhan's Business- und Wellnesshotel   Stockheim-Neukenroth   |
| Teilnehmerzahl: | max. 10   |
| Preis:          | 720,00 € / Teilnehmenden zzgl. 19% MwSt.<br>856,80 € brutto / Teilnehmenden<br>inkl. digitalem Handout und Fotoprotokoll<br>inkl. digitaler Teilnahmebescheinigung<br>inkl. Verpflegung |
|                 | Ab 2 Teilnehmenden aus einem Unternehmen: 10 % Rabatt   |
| Anmeldung:      | mail@sf-personalberatung.de<br>www.sf-personalberatung.de/training  |