

Emotional stark in schwierigen Führungssituationen

In diesem Seminar erwerben die Teilnehmenden wertvolle Fähigkeiten und Werkzeuge, um sowohl die eigenen Emotionen als auch die ihrer Beschäftigten, Kolleginnen und Kollegen sowie Vorgesetzten konstruktiv zu managen. Dieses Seminar bietet den Teilnehmenden ein umfassendes Repertoire an bewährten Methoden, um in emotionalen Situationen souverän zu agieren und eine positive Teamdynamik zu fördern. Empathie und wirksame Kommunikation sind dabei zentrale Schwerpunkte des Seminars, die den Teilnehmenden helfen, Emotionen besser zu verstehen, zu kontrollieren und somit auch unter Druck professionell agieren zu können.

Themen

Emotionale Intelligenz im Führungsalltag
Umgang mit den Gefühlen anderer
Ursachen für Emotionen und ihre Ausdrucksformen
Unterscheidung zwischen Emotionen, Gefühlen und Affekten
Führungsverständnis in emotionalen Führungssituationen
Strategien für den Umgang mit hohen Emotionen während Gesprächen (Emotionsregulierung)
Perspektivenwechsel – Emotionen als Potenzial
Selbstfürsorge und Achtsamkeit

Teilnehmerstruktur

Führungskräfte

Dozent

Benjamin Jauer
Dipl.-Kommunikationspsychologe
(FH), Trainer, Berater,
Systemischer Coach

Seminardaten

Seminarnummer
010.033/26-01

Termin
01.06.2026

Anmeldeschluss
11.05.2026

Entgelt

Zweckverbandsmitglieder
216,00 €

Nichtmitglieder
227,00 €