redmont
redmont•consulting•cluster

Gesund Führen mit E-Trias

Klarheit, Fokus und Resilienz in der Arbeit

Neue Formen des gesunden Arbeitens – für Sie und Ihr Team

Alles ist schnelllebiger, unsicherer, komplexer und wirrer geworden

Vieles passiert gleichzeitig, auch fremdbestimmt. Mein Team und ich haben kaum Zeit zum Durchatmen.

Und dieses Umfeld bzw. dieser Zustand frisst sehr viel Energie. In vielen Situationen auch meine bzw. unsere Gesundheit.

Mit welcher Brille bzw. Haltung sehen Sie auf Ihren Alltag?

Menschen haben sich immer wieder an neue (Lebens-)-Situationen angepasst. Jeder kann entdecken, in der VUCA-Welt gut zu leben, fokussiert zu arbeiten und die passenden Schritte Richtung persönlichem oder gemeinsamem Erfolg zu setzen.

Es geht darum, das Gefühl der **Selbstbestimmtheit** wieder herzustellen, die **Widerstandskraft** und **Leistungsfähigkeit** zu stärken und die Ressource der **Geistesgegenwart** zu nutzen.

*„Die innovativen Unternehmen der nächsten Gesellschaft werden entdecken, dass **Geistesgegenwart** ... im Umgang mit Menschen, Maschinen und Ideen ... die knappste Ressource von allen ist. Und sie werden entdecken, dass nur der Mensch diese Ressource bereitstellen kann. Dies wird die innere Organisation von Unternehmen grundlegend verändern.“*

Dirk Baecker, Soziologe; Inhaber des Lehrstuhls für Kulturtheorie und Management an der Universität Witten/Herdecke

Sie erhalten **Beratung, Coaching, Training** für das **Thema „Gesund Führen“ für Sie als Person und/oder Ihr Team** – als Gesamtpaket oder für spezielle Einzelaspekte:

- **Resilienz** – Stärkung der Widerstandskraft für Personen und Teams
- **Salutogenese** – Wissenschaftlich/ medizinisches Modell zur Frage „Wie bleibe ich gesund?“ bzw. „Wie werde ich wieder gesund?“
- **Neurobiologie** – Was hat das Gehirn mit gesund arbeiten und führen zu tun?
- Umgang mit **Multi-Tasking**
- **Gesunde Kommunikation**

... sowie zahlreiche einfach umzusetzende **Tipps** für Ihren (Führungs-)Alltag.

Das E-Trias Programm

... hilft Ihnen, sich situationsbezogen und lösungsfokussiert mit dem Thema „Gesunde Führung“ auseinanderzusetzen.

Sie können E-Trias für sich und/oder Ihr Team bzw. Ihre Organisation buchen – als einmaliges Programm, das Sie deutlich weiterbringt. Oder sie nützen es als Start für einen Prozess, den ich bei Bedarf gerne begleite:

Erkunden – mit dem „Beobachtungs-Check“
Was beobachten Sie und was heißt das für Ihre Ausgangssituation?
Entdecken – mit dem „Ziel-Ressourcen-Spiegel“
Was ist ihr Zukunftsbild und was steht Ihnen dafür zur Verfügung?
Entwickeln – mit der „Fokus-Lupe“
Worauf wollen Sie sich in der nächsten Zeit-Periode fokussieren und wie wollen Sie die nächsten Schritte gestalten?

Ergebnis konkrete Schritte in die Zukunft sowie
mehr Klarheit, Fokus und Widerstandsfähigkeit in der Arbeit

Aufwand Minimum 2 Stunden für Einzelpersonen und 4 Stunden für Teams (abh. von Teamgröße)

Vorteile
- Dynamisches Steuern in einem konstanten Kreislauf > flexible Verlässlichkeit ☺
- Passender Zugang zu jeder Situation
- Kluge Koppelung von Stabilität „Was behalte ich / behalten wir bei?“ und Agilität

Bitte kontaktieren Sie mich für nähere Informationen und Details:

Dr. Doris Regele d.regele@redmont.biz +43 664 535 1405