



Management-by-being

Ein Programm für Achtsamkeit, Intuition und Mitgefühl im Arbeitskontext

„Wer ganz präsent in seinem Job ist, wird eine effektivere Führungskraft sein, die bessere Entscheidungen trifft und besser mit anderen zusammenarbeitet.“

William George, Professor für Management, Harvard Business School

Management-by-being – Das Programm

Wie können wir uns selbst und andere aus einer *Seins-Qualität* heraus leiten?

Das ist die Kernfrage des 2,5 tägigen Programms Management-by-being. In 4 Modulen wird praxisnah erläutert und erfahren, wie wir *Ganz-Sein* können in der Arbeit, im Leiten und Organisieren von uns selbst, von Teams und von Organisationen:

Durch **Achtsamkeit** können wir in Verbindung mit *dem-was-ist* kommen, es bewusst wahrnehmen und unsere Handlungsfähigkeit dadurch erweitern.

Die dadurch entstehende Präsenz ermöglicht es, unsere **Intuition** besser wahrzunehmen, ihr mehr zu vertrauen und sie in unserem Arbeitsalltag zu nutzen.

Durch die Praxis von **Mitgefühl** stärken wir die Verbundenheit mit uns selbst und anderen Menschen in unserem Arbeitsumfeld.

Die Auseinandersetzung mit unserem persönlichen und dem *größeren Warum* ermöglicht es uns, mehr **Sinn** in unserer Arbeit zu erfahren.



Management-by-being

Methodik

Praktische Übungen für den Arbeitsalltag, direkte Erfahrung und gemeinsame Reflexion stehen im Mittelpunkt des Programms. Dabei baut es auf neurowissenschaftlichen Erkenntnissen, Verhaltensstudien, etablierten Methoden wie Gewaltfreie Kommunikation, Mindful Self-Compassion, Theory U sowie dem renommierten Search Inside Yourself -Training von Google auf.

Für wen

Dieses Training richtet sich an Führungskräfte und MitarbeiterInnen, denen es ein Anliegen ist, aus einer Verbundenheit mit sich selbst und anderen heraus zu arbeiten und dadurch Arbeitszufriedenheit und –ergebnisse positiv zu beeinflussen.

Das Training kann von Firmen und Organisationen in-house oder als Einzelperson an einem der festgelegten Termine gebucht werden.

Kontakt

Bei Interesse und Fragen zu Terminen und Preisen bitten wir um Kontaktaufnahme unter management.by.being@gmail.com



Trainerinnen

Mag. Elisabeth Lehner

Wirtschaftspädagogin, selbstständige Unternehmensberaterin, Trainerin und Coach, dipl. Lebens- und Sozialberaterin, MSC-Teacher (Mindful Self-Compassion), regelmäßige Meditationspraxis

„In einer komplexen Welt braucht es zusätzliche Methoden, um gute Entscheidungen für sich und seine Organisation treffen zu können und gesund zu bleiben. Dabei hilft Achtsamkeit, um mehr des eigenen Potentials zu nutzen. Das macht für alle Sinn.“

Lisa Peterlechner, MSc

Volkswirtin, Beraterin für internationale Zusammenarbeit (Finanzsystementwicklung), Coach, Atemtrainerin, AUM Meditationsleiterin, Trainerin in authentischer Kommunikation, regelmäßige Meditationspraxis

„Ich glaube daran, dass es möglich ist, eine wirtschaftlich produktive und sinnvolle Arbeit zu machen und dabei GANZ Mensch zu sein.“