

## Professionelle Grundtätigkeiten: «achtsam führen»

Fachseminar

B59



**Die Ethik der Achtsamkeit bietet Ideen und konkrete Vorgehensweisen, wie führende Personen ihren Arbeitsalltag stimmig gestalten können. In diesem Fachseminar erfahren Sie mehr über Ihre mentalen und emotionalen Kompetenzen, um auch herausfordernde Situationen gelassen zu meistern und klare Entscheidungen zu fällen.**

Die moderne Arbeitswelt ist agil, komplex und verfügt in der Regel über eine hohe Aufgabendichte. Die Anforderungen und Erwartungen an die führenden Personen sind vielschichtig. Hier bietet die Ethik der Achtsamkeit Ideen und konkrete Vorgehensweisen, mit denen der Führungsalltag stimmig gestaltet werden kann. Mit Achtsamkeit werden Stresssituationen gelassen gemeistert, klare Entscheidungen gefällt und nachhaltige Ergebnisse erzielt. Die verschiedenen Arbeitsrhythmen von Stress bis Eintönigkeit werden in eine gesunde Balance gebracht und gezielt genutzt.

Achtsam führende Personen verfügen über ein klares Bewusstseinsmanagement, mit dem es möglich wird, situationsgerecht auch in Herausforderungen zu reagieren und zu agieren. Mentale und emotionale Kompetenzen wie Konzentration, Aufmerksamkeit, Gelassenheit und eine klare Präsenz werden trainiert und gestärkt. Die eigenen Ressourcen und Kompetenzen und die der Mitarbeitenden rücken so ins Zentrum der Aufmerksamkeit.

Folgende Schwerpunkte werden erarbeitet:

- Einführung in die Ethik der Achtsamkeit
- Selbstführung und Gefühlsmanagement in den unterschiedlichsten Situationen
- Achtsame Kommunikation und Konfliktgestaltung
- Situationsgerechte Führung von Mitarbeitenden

<b>Zielpublikum</b>	Die Weiterbildung richtet sich an Führungspersonen aller Führungsebenen und Personalfachleute in Profit- und Nonprofit-Organisationen, in der Verwaltung, in KMUs und im Gesundheits- und Sozialbereich sowie an Auszubildende, Beraterinnen und Berater, Supervisorinnen und Supervisoren und Coaches.
<b>Daten</b>	Freitag, 18. September und Samstag, 19. September 2020, 9.00 – 16.45 Uhr
<b>Ort</b>	Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW Hochschule für Soziale Arbeit, Olten
<b>Kosten</b>	CHF 800
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebestätigung
<b>Leitung</b>	Prof. Dr. Thomas Geisen, Hochschule für Soziale Arbeit FHNW
<b>Dozentin</b>	Cornelia Schinzilarz, Inhaberin von KICK Institut für Coaching und Kommunikation, Zürich, Entwicklerin Kommunikationsmodell Gerechtes Sprechen, Coach, Humorexpertin, Achtsamkeitstrainerin und Kommunikationsfachfrau, Buchautorin: Gerechtes Sprechen. Ich sage, was ich meine. Beltz 2016 <a href="http://www.kick.dich.ch">www.kick.dich.ch</a> , <a href="mailto:kick@kick.dich.ch">kick@kick.dich.ch</a>
<b>Kontakt</b>	Hochschule für Soziale Arbeit FHNW, Jasmina Lapcic, Weiterbildungskoordinatorin, T +41 62 957 28 63, <a href="mailto:jasmina.lapcic@fhnw.ch">jasmina.lapcic@fhnw.ch</a>

## Kompetenzprofil des Fachseminars Professionelle Grundtätigkeiten: «achtsam führen»

### Wissen und Verstehen

Die Weiterbildungsteilnehmenden erwerben Kenntnisse über

- Grundzüge der Ethik der Achtsamkeit,
- Selbstführung mit Achtsamkeit,
- situationsgerechte Führung auf der Grundlage von Achtsamkeit.

### Anwendung von Wissen und Verstehen

Die Weiterbildungsteilnehmenden können,

- achtsame professionelle Beziehungen gestalten
- in Konflikten besser achtsam führen.

### Urteilen

Die Weiterbildungsteilnehmenden können

- herausfordernde Führungssituationen in ihren Folgen besser einschätzen.

### Kommunikative Fertigkeiten

Die Weiterbildungsteilnehmenden können

- Sprechen und Zuhören gezielt für einen achtsamen Umgang mit sich und im Führungsalltag einsetzen.

### Selbstlernfähigkeit

Die Weiterbildungsteilnehmenden können

- im Handlungsfeld achtsames Gefühlsmanagement ihre Fähigkeiten weiterentwickeln.

# Anmeldung

zum Fachseminar  
Daten

**Professionelle Grundtätigkeiten: «achtsam führen» (B59)**  
**18. und 19. September 2020**

## Persönliche Angaben

Name(n)

Vorname(n)

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

 P

@ P

 G

@ G

## Arbeitgeber/in

Firma

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

## Anschrift

Korrespondenzadresse

Privat

Geschäft

E-Mail-Adresse für Korrespondenz

Privat

Geschäft

Rechnungsadresse

Privat

Geschäft

Ich habe die Allgemeinen Teilnahmebedingungen der Hochschule für Soziale Arbeit FHNW auf [www.fhnw.ch/de/weiterbildung/soziale-arbeit/organisatorisches](http://www.fhnw.ch/de/weiterbildung/soziale-arbeit/organisatorisches) gelesen und bin damit einverstanden.

**Ort, Datum**

**Unterschrift**

Ihre Angaben werden für die Teilnehmendenliste verwendet und den Teilnehmenden und Dozierenden zugestellt.

**Bitte senden Sie die Anmeldeunterlagen an:**

Hochschule für Soziale Arbeit FHNW, Jasmina Lopic, Riggenbachstrasse 16, 4600 Olten  
oder per E-Mail an: [jasmina.lopic@fhnw.ch](mailto:jasmina.lopic@fhnw.ch)

**Eine Übersicht über die angebotenen Fachseminare finden Sie unter:**

[www.fhnw.ch/soziale-arbeit/weiterbildung](http://www.fhnw.ch/soziale-arbeit/weiterbildung)