



COACHING MEDITATION FÜHRUNGSKRÄFTETRAINING

Karin Seethaler Wendepunkte

Hintergrundinformation zu dem Führungskräfte-Entwicklungsprogramm „Charisma“

„**Charisma – Frauen in Führung**“ wurde für weibliche Führungskräfte der mittleren Führungsebene konzipiert und durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds gefördert. Durchgeführt wurde das Führungskräfte-Entwicklungsprogramm von der TGE (Trägersgesellschaft für die Einrichtungen der Schwestern vom Göttlichen Erlöser) im Zeitraum von Mai 2011 – April 2014. Die entsendenden Einrichtungen stellten ihre Führungskräfte für sechs Programmmodule mit je 3 Seminartagen sowie 4 Einzelcoachings frei. Die Seminare fanden im Kloster St. Josef in Neumarkt i.d.Opf. statt. Die Einzelcoachings wurden in den Einrichtungen der Führungskräfte durchgeführt. Kooperationspartner unter dem Thema „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ war die AOK Bayern.

Die 80 Teilnehmerinnen, die aus ganz Deutschland kamen, hatten Leitungs- und Führungsfunktionen inne: Chef- und Oberärztinnen, Pflegedirektorinnen, Stationsleiterinnen und ihre Stellvertreterinnen, Bereichsleiterinnen aus Verwaltung und Hauswirtschaft. Die Kombination der verschiedenen Bereiche erwies sich als sehr fruchtbar, da Netzwerke der verschiedenen Bereiche einer Einrichtung entstanden bzw. gestärkt werden konnten.

Förderer und Kooperationspartner des Projekts „Charisma“:



Bundesministerium
für Arbeit und Soziales



Europäischer Sozialfonds
für Deutschland



EUROPÄISCHE UNION



TGE
gTrägersgesellschaft mbH für die Einrichtungen der
Schwester vom Göttlichen Erlöser
(Niederbronner Schwestern) Provinz Deutschland



*Für die Beschäftigten
in der Sozialwirtschaft*



Die Gesundheitskasse.

Karin Seethaler

Moosweg 18
93055 Regensburg

Mobil: 0160/6256691
Fax: 0941/30767343

kontakt@karin-seethaler-wendepunkte.com
www.karin-seethaler-wendepunkte.com



COACHING MEDITATION FÜHRUNGSKRÄFTETRAINING

Karin Seethaler Wendepunkte

Ziele von Charisma:

- Weibliche Führungskultur als wesentlicher Teil einer zeitgemäßen Unternehmenskultur in den Einrichtungen etablieren bzw. stärken.
- Steigerung der Qualität der Führungsaufgaben durch kommunikative und soziale Kompetenzerweiterung und handlungsbegleitende Reflexion des eigenen Führungsstils.
- Förderung der Motivation, Arbeitszufriedenheit und Produktivität durch Erarbeitung individueller Selbstentwicklungsziele, Zielerreichungskriterien und -indikatoren, Aufarbeitung von Frustrationserfahrungen sowohl durch das Einzelcoaching als auch durch die Seminarinhalte.
- Gezielte Einübung eines verantwortungsvollen Umgangs mit Ressourcen durch die Selbsterfahrungstage der Achtsamkeit.
- Förderung der Selbstmanagement-Kompetenz durch Vermittlung von Strategien, kontinuierlicher Selbstbewertung und Selbstevaluation.



COACHING MEDITATION FÜHRUNGSKRÄFTETRAINING

Karin Seethaler Wendepunkte

Seminarinhalte „Tage der Achtsamkeit für Führungskräfte“

Begleitung der Teilnehmerinnen über drei Tage mit intensiven Austauschmöglichkeiten, Impulsvorträgen, praktischen Achtsamkeits- und Entspannungsübungen, kreativen Elementen sowie einer Einführung in die Meditation. Der theoriegeleitete Anteil wird dabei stets an die berufliche Situation und die Reflexion eigener Praxisbeispiele gekoppelt.

Ziele des Seminars:

- Das Prinzip der Achtsamkeit erfahren und erkennen wie es die eigene Professionalität unterstützt.
- Das persönliche Gleichgewicht zwischen den beruflichen und privaten Lebensbereichen ganz individuell erspüren und unter Anleitung Wege und Lösungen für eine gute und gesunde „Work-Life-Balance“ finden.
- Die Wahrnehmung für die eigenen Bedürfnissen und auch für die Bedürfnisse der Mitarbeiter/innen schärfen, um in einem zweiten Schritt Arbeitsprozesse kreativ zu gestalten und Teams erfolgreich zu führen.



COACHING MEDITATION FÜHRUNGSKRÄFTETRAINING

Karin Seethaler Wendepunkte

Inhalt des Einzelcoachings

Am jeweiligen Arbeitsplatz erhielt jede Teilnehmerin vier Einzelcoachings. Die eingebrachten Problem- und Fragestellungen der Führungskräfte (Umgang mit dem Team, Nachhaltigkeit der eigenen Arbeitskraft, Kontextklärung, stimmiger Führungsstil usw.) wurden methodisch aus unterschiedlichen Blickwinkeln betrachtet. Das Coaching dient dem Sichtbarmachen der eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten im vorgegebenen Rahmen.

Ziele des Einzelcoachings:

- Führungspersönlichkeit individuell weiterentwickeln und die Führungskraft in ihren verantwortungsvollen Führungsaufgaben stärken.
- Führungsverhalten reflektieren, Sichtweisen und Handlungsoptionen erweitern und somit ein optimales Führungshandeln erarbeiten.
- Individuelle Ressourcen bewusst in den Blick nehmen, um die eigene Arbeitsfähigkeit nachhaltig zu erhalten.



Zusammenfassung der Erhebungsdaten

Das Projekt „Charisma – Frauen in Führung“ hat im Rückblick für den Träger einen mehrfachen Nutzen geschaffen:

- Durch die einzelnen Seminare und das begleitende Coaching wurden die Führungskräfte durch neue Impulse in ihren Führungsaufgaben gestärkt und nachhaltig motiviert, insbesondere langjährige Mitarbeiterinnen wurden neu inspiriert und junge Führungskräfte gezielt gefördert.
- Durch die Teilnahme von Mitarbeiterinnen aus allen Bereichen einer Einrichtung entstanden wertvolle Netzwerke bzw. vorhandene Netzwerke wurden intensiviert, das Zusammengehörigkeitsgefühl und die Identität zum Träger wurden gestärkt.
- Zu den einzelnen Themen wurden gemeinsame Überzeugungen entwickelt, die Grundlage für eine weibliche Führungskultur in den Einrichtungen sein können.
- Die Personalentwicklung des Trägers hat neue Impulse erfahren.



COACHING MEDITATION FÜHRUNGSKRÄFTETRAINING

Karin Seethaler Wendepunkte

Das Mitwirken von Karin Seethaler bei „Charisma – Frauen in Führung“

- Mitwirkung an der Konzeption und Entwicklung des Führungskräfte-Entwicklungsprogramms
- Erstellung einer Genderanalyse vor dem Start der Seminare
- Projektleitung vom 1. Mai 2011 bis 31. August 2012
- Parallel Durchführung des 1. Programmmoduls „Tage der Achtsamkeit“ (Dauer: 3 Tage), das mit ca. je 20 Führungskräften insgesamt viermal stattgefunden hat
- Von 1. September 2012 bis 31. März 2014 Funktion als Coach für 80 teilnehmende Führungskräfte