

DR. CLAUDIA EILLES-MATTHIESSEN
PLAN C KOMPETENZENTWICKLUNG

10.15 – 16.00 H

WORKSHOP „EMOTIONSREGULATION ALS FÜHRUNGSAUFGABE“

„Und was mache ich, wenn er wütend wird?“ Emotionsregulation als Anforderung an Führungskräfte

Als Führungskraft haben Sie immer wieder mit den Emotionen Ihrer Mitarbeitenden zu tun – und mit Ihren eigenen! Der Ärger über eine falsche Entscheidung, die Sorge um die Verlängerung einer Stelle, Frustration nach Misserfolgen oder Ärger bei Konflikten im Team – es gibt viele Situationen, die emotional fordernd sind. Die Fähigkeit, gut mit den eigenen Emotionen und den Emotionen Anderer umzugehen, ist eine Kompetenz, die Ihre Wirksamkeit in der Führungsrolle stärkt, ungunstigen Konflikt dynamiken vorbeugt und nicht zuletzt der Persönlichkeitsentwicklung dient. In diesem Workshop gebe ich nach einem kurzen Input zu Struktur und Funktion von Emotionen Strategien und exemplarisch Methoden an die Hand, wie Sie emotional anspruchsvolle Situationen in der Führungsrolle wertschätzend und zielführend gestalten können.

Referentin

Dr. Claudia Eilles-Matthiessen, Diplom-Psychologin, Promotion zu selbstwertrelevantem Führungsverhalten, Inhaberin von Plan C Kompetenzentwicklung. Sie unterstützt und berät seit 15 Jahren Unternehmen und Hochschulen durch Coaching, Teamentwicklung, Konfliktmoderation sowie Workshops zu Selbstregulation, Führung, Konfliktprävention und Konfliktmanagement. Sie ist Autorin, Lehrbeauftragte für Coaching und Konfliktmanagement an der Universität Frankfurt und Mitglied im Coachingnetz Wissenschaft e.V.
www.plan-c-frankfurt.de