

# Resilienz & Selbstführung

5. / 6. Mai 2021

NEU!

## VORTRAGENDE



**Prof. Dr. Anna Maria Pircher-Friedrich** ist Lehrbeauftragte an der Universität St. Gallen; Professorin für Human Resources und Dienstleistungs- und Qualitätsmanagement am MC Innsbruck. Auf der Grundlage des Gedankengutes des Wiener Neurologen Viktor Frankl entwickelte sie ein nachhaltiges Führungskonzept, das die Würde des Menschen mit der ökonomischen Effektivität und Effizienz verbindet. Als international gefragte Vortragende und Seminarleiterin trainiert und coacht sie seit über 20 Jahren Führungskräfte aus der Wirtschaft; zahlreiche Fachbücher und Publikationen.

## NUTZEN

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie auf der Grundlage neuester Erkenntnisse und des wissenschaftlich fundierten und praxistauglichen Menschenbildes des berühmten Wiener Neurologen Prof. Dr. Dr. (multipl. h. c.) Viktor Frankl starke Haltungen für ein sinnvolles Leben und Leisten entwickeln und umsetzen können.

- Sie verinnerlichen eine sinnorientierte Haltung als Grundlage für ein nachhaltig erfolgreiches und gesunderhaltendes Leben und Führen.
- Sie werden in die Lage versetzt, Stresskompetenz zu entwickeln und erfahren, wie Sie an Herausforderungen wachsen können.
- Sie erkennen den Preis Ihrer Denkhaltungen und Ihrer Werte und sind fähig diese in eine lebens- und wachstumsförderliche Richtung zu lenken.
- Auf der Grundlage eines würdigen Menschenbildes erkennen Sie die mächtigen Selbstheilungskräfte für ein gelingendes Leben und Führen.
- Sie vermeiden die krankmachende Opferrolle und werden aktiver Gestalter Ihres Lebens und Leistens.

## INHALT

### MIT INNERER STÄRKE DEN WACHSENDE HERAUSFORDERUNGEN BEGEGNEN

- Geistig-emotionale Stabilität entwickeln – Herausforderungen als Lerngeschenke und Wachstumschancen nutzen
- Lebensbejahende, sinnorientierte Haltungen verinnerlichen
- Die Grundpfeiler salutogenen, nachhaltig erfolgreichen Lebens und Führens erkennen und weiterentwickeln
- Den Stressmechanismus verstehen und Stresskompetenz entfalten
- Nach Tiefschlägen zurück ins Gleichgewicht finden
- Ein würdiges Menschenbild als Grundlage für sinnvolle Selbstbestimmtheit, nachhaltige Gesundheit, Erfolg und Erfüllung verinnerlichen
- Die krankmachende Opfer-Rolle vermeiden und aktiver, selbstwertstärkender Gestalter des eigenen Lebens und Leistens werden
- Die eigenen Wertehaltungen und deren Preisschilder erkennen

## ARBEITSMETHODE

Inputs, Selbstreflexionen, Diskussionen zu Praxiserfahrungen, Best Practice Beispiele, verschiedene Übungen zur Einstellungsveränderung.

Mit Hilfe des 7 Schritte-Prozess-Modells ©Pircher-Friedrich kann das Gelernte im täglichen Leben und Leisten umgesetzt werden.

## FACTS

- Dauer: 9.00 - 17.00 Uhr
- Teilnahmegebühr:  
EUR 1.699 (exkl. MwSt.)
- **Kontakt & Anmeldung**  
[businesscircle.at/pircher-friedrich](https://businesscircle.at/pircher-friedrich)

**BUSINESS**  
circle