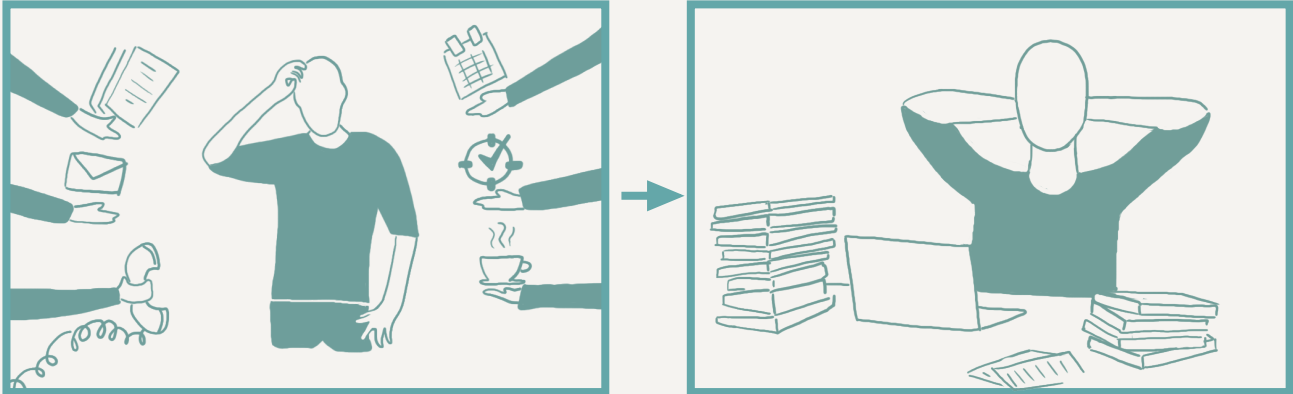


Mindful Leadership

bewusst - komprimiert - effizient



Raus aus dem hektischen Getriebensein - Hinein in die souveräne Führung

Wir ebnen neue Wege

Wir können und wollen die digitale und zunehmend komplexer werdende Arbeitswelt nicht verändern. Jedoch bieten wir Ihnen die Plattform, um mit den eintretenden Veränderungen durch achtsame (Selbst-) Führung erfolgreich zu wachsen.

Das von uns entwickelte MINDFUL LEADERSHIP FORMAT enthält:

Neueste Erkenntnisse rund um Mindful Leadership:
Wissenschaftliche Untersuchungen belegen leistungsfördernde Effekte der Achtsamkeit

Individuelles Erleben von Ruhe und Gelassenheit.
Ziel: Abstand gewinnen durch Meditation und Entspannung

Impulse für den Berufsalltag.
Praxisnah und nachhaltig:
Step by step erlernen, den eigenen Arbeitsalltag zu entschleunigen

Wer wir sind:

Sabine Fohrmanns Kernkompetenzen liegen im Mental- und Somatik Coaching, Mindfulness/Awareness Leadership Training in international aufgestellten Teams (12-jähriger Aufenthalt in Kalifornien).

Petra Gotthardt verbindet die Erfahrung als langjährige Führungskraft (Juristin/ Polizeiverwaltung) mit ihrer Kompetenz als Coach und Mediatorin mit Fokus auf achtsame Kommunikation und Selbstreflektion.

Mindfulness steht für eine Haltung, die ihre Stärke aus der Wahrnehmung des gegenwärtigen Momentes zieht, kurz: „Bewusstes Leben im Jetzt“. Diese Haltung ist die Basis unserer Arbeit und der gemeinsame Nenner unserer Kooperation.

Wie wir das machen:

Unser Mindful Leadership Modell in drei Schritten:

1. Mindful Leadership – Essential Basics
2. Mindful Leadership – In Practice
3. Leadership – Step into Positive Change – Achieve your Goals



Petra Gotthardt
www.impulse-gotthardt.de
info@impulse-gotthardt.de
06131/6279046



Sabine Fohrmann
www.sabine-fohrmann.de
info@sabine-fohrmann.de
06131/6965511