

## Seminar

# Take the Lead! – Lust auf Leistung

### 7 wirkungsvolle Tools für Ihre Top-Performance

13. Dezember 2017, 9:00 – 17:00 Uhr

27. Juni 2018, 9:00 – 17:00 Uhr

Austrian Standards, 1020 Wien



Mit Ex-Skirennläuferin  
Mag. Christiane Mitterwallner

### Zum Inhalt

Von Führungskräften wird heutzutage viel erwartet: Teamfähigkeit, Durchsetzungsstärke, effektives Arbeiten, wenig Ablenkbarkeit, Klarheit, sicheres und schnelles Entscheiden, Innovationskraft und Kreativität. Zukunftsfähige Führung setzt somit die Führung der eigenen Person voraus. Eine systematische Selbstführung umfasst unsere Einstellung sowie unsere Techniken und Methoden. Sie stützt sich auf drei wesentliche Säulen: Selbsterkenntnis, Selbstverantwortung, Selbststeuerung. Mit systematischer Selbstführung lernen Sie, Ihre Leistung mit Leichtigkeit zu steigern.

Dieses Seminar bringt Ihnen 7 Tools zur Steigerung der erfolgreichen Selbstführungskompetenz näher. Ziel ist die systematische Eigenanalyse, damit Sie sich auf die Fähigkeiten fokussieren können, die Sie weiterentwickeln und ausbauen wollen. Das Ergebnis: Sie entscheiden noch sicherer, schneller und klarer!

### Ihr Nutzen

- Steigern Sie Ihre Energie, Kreativität und Produktivität
- Setzen Sie Ihre Ressourcen gezielter ein
- Übertragen Sie das Gelernte auf Ihren Arbeitsalltag – mit vielen Praxisbeispielen

### Zielgruppe

- Geschäftsführerinnen und Geschäftsführer
- Abteilungs-, Gruppen- und Teamleiterinnen und -leiter
- Führungskräfte
- Selbstständige Unternehmerinnen und Unternehmer

### Programm

9:00	<b>Einführung in das Thema mental-emotionale Selbstführung</b>
9:30	<b>Vorteile &amp; Ergebnisse durch Selbstführung</b>
10:15	Kaffeepause
10:45	<b>Ihre 7 Tools der erfolgreichen Selbstführung:</b>
	1. Entdecken Sie Ihre Selbstführungskraft
	2. Vision und Mission (neu) definieren – entwerfen Sie ein kristallklares Bild Ihrer Zukunft
	3. Fokussieren Sie sich auf Ihre Talente
	4. Bauen Sie Ihr passgenaues Team zur Unterstützung auf
	5. Tun Sie das Richtige richtig
	6. Machen Sie sich sichtbar und positionieren Sie sich klar
	7. Glauben Sie an sich und nicht an den Zufall
11:45	<b>Das sollte beim Thema „Take the Lead“ besonders beachtet werden:</b>
	Systematik schaffen, um unkompliziert und spielerisch im Training zu bleiben
12:45	Mittagessen
14:00	<b>Best Practice-Beispiel 1</b>
	Systematische Selbstanalyse: Das wichtigste Tool als Inspiration
15:15	Kaffeepause
15:45	<b>Best Practice-Beispiel 2</b>
	Vorstellung möglicher Methoden und Instrumente zur mental-emotionalen Selbstführung
17:00	Ende der Veranstaltung
	<b>Ihre Vortragende: Mag. Christiane Mitterwallner</b>

## Ihre Vortragende

### Mag. Christiane Mitterwallner

Ehem. Skirennläuferin (10 Jahre Skiweltcup im ÖSV); selbstständige Unternehmerin als Performance Coach für Führungskräfte, selbstständige Unternehmerinnen & Unternehmer und Leistungssportlerinnen & Leistungssportler; diplomierte Psychologin mit Schwerpunkt im Wahlfach Sportwissenschaft; ausgebildete Sportpsychologin, diplomiert in Supervision, Coaching und Organisationsentwicklung; Erfahrungen in der betrieblichen Gesundheitsförderung; Fortbildungen zu den Themen Machkompetenz und Embodiment; langjährige Beraterin und Sportpsychologin von erfolgreichen Wintersportlerinnen in Österreich; sportpsychologische Beraterin des ÖSV-Trainer-Damenteam und des steirischen Skiverbandes; Referentin und Beisitzerin im Lehrgang für „Sportpsychologisches Training/Coaching im Leistungssport“.

## Wichtige Hinweise

### Veranstaltungsort

Austrian Standards Meeting Center  
Heinestraße 38  
1020 Wien

### Teilnahmebeitrag

€ 540,00 (regulärer Preis)

€ 486,00 (ermäßigter Preis)

Jeweils zzgl. 20 % USt, einschließlich Unterlagen, Getränken und Mittagsbuffet.

### Begrenzte Teilnehmerzahl von 10 Personen!

### Ermäßigung

Mitgliedern nachstehender Personenkreise gewähren wir den ermäßigten Preis:

- Mitglied von Austrian Standards Institute
- ÖNORM-Abonnentin bzw. -Abonnent
- Teilnehmende an der Normung

### Trainings für drei, zahlen für zwei!



Profitieren Sie von der gleichzeitigen Teilnahme mehrerer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Ihres Unternehmens: Melden sich drei Personen an, so nimmt die dritte **kostenlos** am Seminar bzw. Workshop teil.

### Kontakt & Information

Tel.: +43 1 213 00-333

Fax: +43 1 213 00-350

E-Mail: [seminare@austrian-standards.at](mailto:seminare@austrian-standards.at)

Website: [www.austrian-standards.at/seminare](http://www.austrian-standards.at/seminare)

Anmeldung mittels unten stehenden Abschnitts per Post, Fax +43 1 213 00-350, E-Mail: [seminare@austrian-standards.at](mailto:seminare@austrian-standards.at) oder online unter [www.austrian-standards.at/seminare](http://www.austrian-standards.at/seminare). Austrian Standards plus GmbH behält sich das Recht vor, Veranstaltungen – auch kurzfristig – aus wichtigem Grund abzusagen oder zu verschieben. Eine Umbuchung auf die nächste Veranstaltung wird angeboten bzw. bereits bezahlte Teilnahmebeiträge werden zurückerstattet. Weitere bereits getätigte Aufwendungen werden nicht rückerstattet. Bei einer Absage werden Sie schriftlich verständigt. Im Falle einer abweichenden Rechnungsadresse, bitte diese bei der Anmeldung bekannt geben. Der Teilnahmebeitrag ist nach Erhalt der Rechnung zu überweisen. Stornierungen bitte nur schriftlich. Bei Rücktritt ab sieben Kalendertagen vor Veranstaltungsbeginn verrechnen wir 50 % des Teilnahmebeitrags. Bei Rücktritt einen Kalendertag vor Beginn der Veranstaltung sowie am Veranstaltungstag bzw. bei Nicht-Erscheinen wird der gesamte Teilnahmebeitrag verrechnet. Für jedes Storno fällt eine Bearbeitungsgebühr von € 20,00 an. Ersatzteilnehmer ohne Zusatzkosten. Um die weiteren organisatorischen Maßnahmen setzen zu können, ersuchen wir um frühestmögliche Information. **ACHTUNG: begrenzte Teilnehmerzahl!** Personenbezogene Aussagen gelten stets für beide Geschlechter.

## Ihre Anmeldung: E-Mail: [seminare@austrian-standards.at](mailto:seminare@austrian-standards.at), Fax +43 1 213 00-350

**Take the Lead!**, 13. Dezember 2017, 9:00 – 17:00 Uhr (Seminar | Nr. 1701069)

**Take the Lead!**, 27. Juni 2018, 9:00 – 17:00 Uhr (Seminar | Nr. 1801049)

Teilnehmerin/ Teilnehmer 1	Titel, Vor-/Nachname*		Position*
	Abteilung*	E-Mail*	
Teilnehmerin/ Teilnehmer 2	Titel, Vor-/Nachname*		Position*
	Abteilung*	E-Mail*	
Teilnehmerin/ Teilnehmer 3 (Gratis)	Titel, Vor-/Nachname*		Position*
	Abteilung*	E-Mail*	
Firma*		Branche*	
Straße*		PLZ/Ort*	Telefon*

Ich erkläre mich einverstanden, dass meine Daten verwendet werden, um mich über Neuigkeiten, Produkte und Dienstleistungen von Austrian Standards zu informieren.

\* Pflichtfelder – bitte unbedingt ausfüllen.



Datum, Unterschrift