

Miles & More (Projektbeschreibung)

SEI & FÜHRE AUS DEINER WEIBLICHEN ESSENZ

Weibliche Führungskompetenz in Organisationen

**Analytische Klarheit braucht intuitive Weitsicht.
Intuitive Weitsicht ist jedoch kein Zufall – sie ist eine Kompetenz.
Und Kompetenz braucht Bewusstsein, Training und Struktur.**

ZWECK IM UNTERNEHMENSKONTEXT

- In dynamischen Umfeldern:
- Transformationsphasen
- Veränderungsdruck
- Schnittstellenkomplexität
- hohe Kommunikationsdichte
- Ambiguität

wird Führung dann stabil, wenn Teams nicht nur „effizient“, sondern **regulationsfähig** sind. Erst dann können sie die Selbstverantwortung übernehmen und Selbstwirksamkeit entwickeln.

Das Projekt macht weibliche Führungskompetenzen (über die natürlich auch Männer verfügen – denn jeder von uns trägt beide Prinzipien in sich) wie:

- Resonanzfähigkeit
- Intuition als Entscheidungskompetenz
- Selbstführung
- innere Sicherheit
- Rollenklarheit
- Integration von Komplexität

bewusst, trainierbar und im Alltag wirksam. Es verbindet systemische, haptische, körperbasierte und mentale Methoden mit klarer Transferstruktur, damit die Wirkung im Business-Alltag messbar und nachhaltig wird.

ZIELGRUPPE

- Frauen in Führungs-, Projekt- oder Schlüsselrollen (fachlich oder disziplinar), die Wirkung in komplexen Systemen erhöhen wollen
- High Potentials / Talent Pools, die sich auf (mehr) Führungsverantwortung vorbereiten
- Schnittstellen-Rollen (Stakeholder-Management, Transformation, Kommunikation, Change)

Optional: Öffnung für alle Geschlechter bei Positionierung als Kompetenztraining.

WAS DIE TEILNEHMENDEN KONKRET LERNEN / MITNEHMEN (Kompetenzfelder)

1. Innere Führung & Selbstbild (Sein)

- eigenes Selbstbild reflektieren und erweitern
- Selbstakzeptanz → Selbstvertrauen → ruhige Klarheit unter Druck

2. Innere Sicherheit & Stabilität in der Rolle

- innere Sicherheit entwickeln und aus ihr heraus handeln
- Erwartungen bewusst wahrnehmen und einordnen
- klare Definition und bewusste Gestaltung der eigenen Rolle

3. Wirksamkeit im System

- intuitive Signale wahrnehmen und bewusst in Entscheidungen integrieren
- Kommunikation aus Präsenz (authentisch + klar + verbindend)
- Integration in den beruflichen Alltag (Transferplan)

VORGEHENSMODELL / PROZESS

- **Phase 0 – Kick-off (optional, 60–90 Min.)**

Impuls + Erwartungsklärung + Einordnung „Kompetenz statt Zufall“.

- **Phase 1 – Standortbestimmung**

Psychologischer Kompetenz-Scan (20 Items) zur Erhebung von:

- Innerer Führung
- Innerer Sicherheit & Rollenklarheit
- Wirksamkeit im System

Optionaler Vorher-/Nachher-Vergleich.

- **Phase 2 – Kern-Workshop (1,5 Tage mit Übernachtung)**

- Tag 1: Ankommen, Kennenlernen, Selbstbild-Arbeit, Stärkung innerer Sicherheit
- Tag 2: Selbstwirksamkeit, Rollenklarheit, Integration im beruflichen Alltag

Methodik: somatisch + mental, Reflexion, Üben, Gruppendynamik achtsam geführt.

- **Phase 3 – Vertiefung / Follow-up (optional, 2–3 Std. nach 4–6 Wochen)**

Erfahrungsaustausch, Transfer-Nachsteuerung, nächste Schritte.

RAHMENBEDINGUNGEN

- **Gruppengröße:** Idealgröße 12 Teilnehmende (ermöglicht individuelle Tiefe, vertrauensvolle Dynamik und wirksame Prozessarbeit)
- **Setting:** ideal Offsite mit Übernachtung
- **Leitung:** Jana Antony & Petra Schneider
- **Gesamtkosten** (Phasen 0-2): € 5k

BESCHREIBUNG FÜR POTENZIELLE TEILNEHMERINNEN

SEI & FÜHRE AUS DEINER WEIBLICHEN ESSENZ

ist eine 1,5-tägige Reise (mit Übernachtung) in ein geschütztes, lebendiges Lernfeld: Du stärkst Selbstführung, Klarheit und Wirksamkeit – nicht nur im Kopf, sondern verkörpert.

FÜR WEN IST ES GEDACHT?

Für Frauen, die...

- Verantwortung übernehmen (Führung, Projekte, Schnittstellen)
- beruflichen Rolle bewusst und wirksam wahrnehmen
- Entscheidungen treffen, die sich stimmig anfühlen – und gleichzeitig professionell tragfähig sind

... oder dies anstreben

WAS DICH ERWARTET

- **Ankommen & Verbindung:**
ein achtsames Miteinander, das Sicherheit schafft.
- **Reflexion & Selbstbild:**
du klärst, wer du bist – jenseits von Rollenbildern – damit du aus dieser Mitte auch beruflich wirken kannst.
- **Wiederentdeckung deiner eigenen Kompetenzen**
durch Erkennen und Anpassen von Verhaltensmustern.
- **Entwicklung neuer Handlungsperspektiven.**
- **Integration:**
du gehst mit einem konkreten Transferplan zurück in deinen Arbeitsalltag.

WIE WIR ARBEITEN

Körperliche und mentale Techniken, stille Räume, Austausch, klare Übungen – reflektieren, verstehen, lernen, erleben, ausprobieren, integrieren.

WAS DU MITNIMMST

- ein klares Ich in Führung
- innere Stabilität in herausfordernden Situationen
- selbstbestimmte Kommunikation
- authentische Präsenz
- Freude an der eigenen Entwicklung

und WARUM?

.... Weil es **NORMAL** ist.