



WORKSHOP METAFOKUS – MEHR KLARHEIT, BESSERE ENTSCHEIDUNGEN, HÖHERE RESILIENZ

AUSGANGSSITUATION

Dreihundert emails am Tag, 3 Meetings, Präsentation vorbereiten, die Zahlen im Blick behalten und daneben noch Einstellungsgespräche und Mitarbeiter führen... Der ganz normale Wahnsinn dreht immer schneller: Reagieren statt agieren, Vernachlässigung guter Kommunikation und hoher Stress-Level sind die besten Zutaten für ineffizientes Arbeiten. Und dabei soll man noch Freude und Erfüllung in seiner Tätigkeit finden?

Wir sagen: das ist möglich.

Und noch mehr: ein persönlicher Gewinn, der über den Arbeitsalltag hinausgeht.

METAFOKUS - BASISKOMPETENZ FÜR DAS 21. JAHRHUNDERT

Ein Perspektivwechsel bringt die Lösung. Ein neuer Blickwinkel auf die Situation und auf sich selbst zeigt neue Lösungen und Wege. In einer Studie der Hays Group (EI at the heart of performance) wurde ermittelt, wie der Faktor „emotionale Selbstwahrnehmung“ von Führungskräften die Teamkultur beeinflusst. Die Ergebnisse sind eindeutig: Führungskräfte mit geringer Selbstwahrnehmung erzeugen zu fast 80% ein negatives Arbeitsklima. Hingegen sorgen Führungskräfte mit ausgebildeter Selbstwahrnehmung zu 92% für motiviertere und leistungsfähigere Teams. **Deshalb ist emotionale, kognitive und körperliche Wahrnehmung die Schlüsselkompetenz für kompetente Führung und steht bei MetaFokus im Mittelpunkt.**

WIE FUNKTIONIERT METAFOKUS?

MetaFokus ist eine Methode, die es erlaubt, eine höhere (Meta-)Perspektive einzunehmen. Wir erreichen eine Art Vogelperspektive, aus welcher wir einen ganz neuen Überblick bekommen und mit Klarheit und Orientierung bessere Entscheidungen treffen können. Die Perspektive wird mehrdimensional und erlaubt eine Neubewertung der Gesamtsituation. Zugleich wird auch der Blick nach Innen gerichtet. Mit MetaFokus werden Innere Prozesse bewusst, ohne dass wir uns von ihnen mitreißen lassen. Vom alltäglichen Autopiloten mit all seinen Verhaltensweisen und gewohnheitsmäßigen Reaktionen gelangen wir zu **mehr Fokussierung, Handlungsspielräumen, Klarheit und Freiheit**. *Dieser Blick ins „Innere“ als Beobachter bringt uns paradoxerweise gleichzeitig auf eine andere Wahrnehmungsebene (Meta-Aufmerksamkeit). Aus dieser „Distanz“ lassen sich Dinge anders wahrnehmen. Neue Perspektiven eröffnen sich.*

Interessant: auch Google geht mit seinen internen Schulungen "Search Inside Yourself" ähnliche Wege, um Konzentration, Fokussierung und besseres Leadership zu fördern.

WELCHE VORTEILE BIETET METAFOKUS?

- mehr Klarheit und Arbeitszufriedenheit trotz großer Aufgabenfülle
- Unterstützung bei komplexen Entscheidungen
- Bessere Wahrnehmung Anderer, empathische Kommunikation
- Nachhaltige Reduktion des Stresslevels, höhere Resilienz
- Verbesserung von Produktivität und Konzentrationsfähigkeit

FÜR WEN IST METAFOKUS GEEIGNET?

Der Workshop MetaFokus ist für Unternehmer, Geschäftsführer und Führungskräfte (C-Level) konzipiert. Besonders bei vielfältigen Aufgabenstellungen und hoher Entscheidungsdichte werden sofort die Vorteile spürbar.

INHALTE DES WORKSHOPS "METAFOKUS FÜR ENTSCHEIDER" (2 TAGE)

Wie tickt der Mensch? Wahrnehmung, Filterung, Bewertung

Wie sehen andere die Welt? Weltbilder, Typen und Wertehierarchien

Ratio – Emotio – Intuition

Wer steuert hier eigentlich? Aufmerksamkeit, Autopilot und Limiting Beliefs

MetaFokus – innere Wahrnehmung

Praktische Übungen und Alltagstauglichkeit

4-Perspektiven Methode

Konkrete Anwendungsfälle:

- Entscheidungssituationen
- Kommunikation
- Selbststeuerung
- Leadership

Anwendung im Alltag

METHODEN

Der Workshop besteht aus:

- Erkenntnissen aus Kognitionsforschung, Neurobiologie, Integraler Theorie, Kommunikationstheorie, Achtsamkeitsforschung
- Praktischen Übungen
- Austausch über eigene Erfahrungen
- Erlernen von Methoden zur Fortführung im Alltag

Kommen Sie mit uns auf ihren inneren Feldherrenhügel und verschaffen Sie sich auf der Metaebene den Überblick! So kann Raum entstehen für Neues, Kreatives und Erfüllendes und es entsteht Vertrauen und Klarheit in Zeiten von Unsicherheit und Komplexität.

Den großen Nutzen entfaltet der Ansatz durch die Kombination mit der integralen 4-Perspektiven Methode sowie weiterer abgestimmter Methoden.

(Google geht mit seinen internen Schulungen "Search Inside Yourself" ähnliche Wege, um Konzentration, Fokussierung und besseres Leadership zu fördern.)

DIE REFERENTEN

Prof. Dr. Peter Zerle



Nach seinem Studium der Betriebs- und Volkswirtschaftslehre promovierte Peter Zerle über „Kooperationen von Staat und Wirtschaft“. Parallel führte er ein Unternehmen im Bereich Medizintechnik, das er nach 5 Jahren verkaufte. Seit 2008 ist er Professor in Weihenstephan und beschäftigt sich mit Ökonomie, nachhaltigem Wirtschaften und Kommunikation. Seine Leidenschaft gehört seit mehr als 10 Jahren der Frage, wie sich ökonomischer Wandel gestalten lässt und wie sich Wertesysteme von Menschen entwickeln lassen, so dass Nachhaltigkeit im Umgang mit der natürlichen Umwelt und Wertschätzung im Umgang mit den Menschen zu einem natürlichen Bedürfnis wird.

www.peter-zerle.de

Thomas Eisinger (Dipl. Ing. TU)



Nach dem Studium des Maschinenbaus (TU München) zunächst in einem Fachverlag tätig gründete Thomas Eisinger mit Beginn des Internetzeitalters die Online Marketing Agentur explido. Nach 10 Jahren erfolgreichen Aufbaus (130 Mitarbeiter) trennte er sich 2011 von seinen Anteilen und beschäftigte sich – nach einem Sabbatical – mit Wertesystemen, positiver Psychologie, Neurowissenschaften und integralen Modellen. Dabei entstand „MetaFokus“ mit dem Ziel neueste Forschungsergebnisse und bewährte Methoden zu einem Ansatz für die Praxis zu vereinen. Seine aktuelle Tätigkeit umfasst „Sparring for Leaders“, Executive Coaching und Mentoring für Gründer.

www.thomas-eisinger.de

INHOUSE WORKSHOP, 2 Tage, Preis auf Anfrage

KONTAKT: THOMAS EISINGER

kontakt@thomas-eisinger.de