

Emotional intelligent und wirksam führen

Mit Klarheit, Empathie und guter Selbststeuerung

Führung bedeutet immer auch, mit Emotionen umzugehen – mit den eigenen und mit denen Ihrer Mitarbeitenden.

Als Führungskraft geben Sie Orientierung, treffen Entscheidungen, sprechen kritische Themen an und begleiten Mitarbeitende durch Veränderungen. Dabei spielen Emotionen eine wichtige Rolle: die eigenen ebenso wie die Ihres Gegenübers.

Gerade in anspruchsvollen Situationen zeigt sich, wie gut es gelingt, ruhig und klar zu bleiben, die eigene Wirkung einzuschätzen und gleichzeitig wahrzunehmen, was bei anderen gerade passiert. Emotionale Intelligenz hilft Ihnen, auch dann klar zu führen, wenn Ärger, Unsicherheit, Widerstand oder Enttäuschung ins Spiel kommen – bei Ihnen selbst oder bei Ihrem Gegenüber.

Vielleicht fragen Sie sich:

- Wie bleibe ich auch in schwierigen Führungssituationen souverän?
- Wie gehe ich mit eigenen emotionalen Reaktionen professionell um?
- Wie erkenne ich frühzeitig, was Mitarbeitende bewegt?
- Wie verbinde ich Empathie mit Klarheit und Leistungsorientierung?
- Wie führe ich kritische oder emotional aufgeladene Gespräche konstruktiv?

Emotionale Führung bedeutet nicht, Konflikten auszuweichen oder es allen recht zu machen. Sie verbindet Selbststeuerung, Empathie und Klarheit mit der Fähigkeit, auch in schwierigen Situationen handlungsfähig zu bleiben.

Genau dabei unterstützt Sie dieses Seminar. Sie reflektieren Ihre eigene Wirkung als Führungskraft, erkennen persönliche Trigger und typische Reaktionsmuster und entwickeln konkrete Strategien für einen souveränen Umgang mit anspruchsvollen Führungssituationen. So stärken Sie Ihre Selbststeuerung, Ihre Empathie und Ihre Sicherheit im Umgang mit anderen.

01 · Nutzen

Ihr Nutzen

Nach dem Seminar können Sie

- Ihre eigene emotionale Wirkung als Führungskraft bewusster einschätzen.
- persönliche Trigger und typische Reaktionsmuster frühzeitig erkennen.
- auch unter Druck ruhig, klar und handlungsfähig bleiben.
- Emotionen und Reaktionen anderer besser wahrnehmen und einordnen.
- Empathie gezielt einsetzen, ohne an Klarheit zu verlieren.
- schwierige Gespräche souveräner und wertschätzender führen.
- Leistungsanforderungen und Mitarbeiterorientierung besser miteinander verbinden.
- Vertrauen und psychologische Sicherheit in der Zusammenarbeit fördern.

02 · Inhalte

Seminarinhalte

Sich selbst führen – auch wenn es schwierig wird

- Eigene Emotionen frühzeitig wahrnehmen und einordnen
- Persönliche Trigger und automatische Reaktionsmuster erkennen
- Zwischen Impuls und Reaktion bewusst Handlungsspielraum gewinnen
- Auch unter Druck ruhig, klar und entscheidungsfähig bleiben

Andere besser verstehen – ohne die Führungsrolle zu verlieren

- Emotionale Signale und Bedürfnisse von Mitarbeitenden wahrnehmen
- Perspektiven wechseln, ohne jede Sichtweise übernehmen zu müssen
- Empathisch reagieren und gleichzeitig Orientierung geben
- Vertrauen und psychologische Sicherheit im Team fördern

Schwierige Gespräche klar und konstruktiv führen

- Emotionale Dynamiken in Gesprächen frühzeitig erkennen
- Kritik und Feedback deutlich, respektvoll und wirksam formulieren
- Mit Widerstand, Unsicherheit oder starken Reaktionen souverän umgehen
- Auch in angespannten Situationen im Gespräch und in Führung bleiben

Klar führen und gleichzeitig in Beziehung bleiben

- Leistungsanforderungen klar formulieren und Mitarbeiterorientierung im Blick behalten
- Grenzen setzen und Erwartungen verbindlich kommunizieren
- Eigene Gefühle angemessen und professionell ansprechen
- Gewohnte Verhaltensmuster hinterfragen und neue Handlungsoptionen entwickeln

03 · Zielgruppe

Für wen ist das Seminar geeignet?

Dieses Seminar richtet sich an:

- Führungskräfte und angehende Führungskräfte
- Team-, Bereichs- und Abteilungsleitungen
- Führungskräfte, die ihre Selbststeuerung, Empathie und soziale Kompetenz gezielt weiterentwickeln möchten

04 · Arbeitsweise

So arbeiten wir im Seminar

Dieses Seminar lebt von Selbstreflexion, Austausch und konkreten Situationen aus dem Führungsalltag. Statt langer theoretischer Vorträge beschäftigen wir uns mit der Frage, wie emotionale Intelligenz im täglichen Führungshandeln tatsächlich wirksam wird.

Sie bringen Ihre Erfahrungen und Herausforderungen ein. Gemeinsam analysieren wir typische Situationen, reflektieren emotionale Reaktionsmuster und entwickeln Handlungsoptionen, die zu Ihnen und Ihrer Führungsrolle passen.

Sie profitieren von:

- kurzen fachlichen Impulsen
- Reflexionsübungen
- praxisnahen Fallbeispielen
- Gesprächssimulationen
- kollegialer Fallberatung
- individuellem Feedback
- konkreten Transferideen für Ihren Führungsalltag

05 · Fragen & Antworten

Häufige Fragen zum Seminar

Was bedeutet emotionale Intelligenz in der Führung?

Emotionale Intelligenz beschreibt die Fähigkeit, eigene Emotionen und die Gefühle anderer wahrzunehmen, zu verstehen und angemessen damit umzugehen. Für Führungskräfte bedeutet das vor allem, die eigene Wirkung zu kennen, sich auch unter Druck selbst steuern zu können und sensibel auf die Reaktionen anderer einzugehen.

Warum ist emotionale Selbststeuerung für Führungskräfte wichtig?

Führungskräfte geraten immer wieder in Situationen, die Ärger, Unsicherheit, Stress oder Enttäuschung auslösen können. Wer die eigenen Reaktionsmuster kennt, kann bewusster entscheiden, wie er oder sie handeln möchte. So entsteht mehr Souveränität und weniger impulsives Verhalten.

Bedeutet emotionale Führung, besonders verständnisvoll zu sein?

Nein. Emotionale Führung bedeutet nicht, Konflikten auszuweichen oder auf klare Erwartungen zu verzichten. Sie verbindet Empathie mit Klarheit. Dazu gehört auch, Grenzen zu setzen, Leistung einzufordern und kritische Themen offen anzusprechen.

Welche Rolle spielt Empathie in der Führung?

Empathie hilft Führungskräften, die Perspektive, Bedürfnisse und Reaktionen anderer besser zu verstehen. Dadurch können sie Gespräche gezielter führen, Widerstände früher erkennen und angemessener reagieren. Empathie ersetzt keine Führungsentscheidung, verbessert aber häufig deren Wirkung.

Wie entsteht psychologische Sicherheit im Team?

Psychologische Sicherheit entsteht, wenn Mitarbeitende Fragen stellen, Zweifel äußern, Fehler ansprechen oder unterschiedliche Meinungen vertreten können, ohne negative persönliche Konsequenzen befürchten zu müssen. Führungskräfte beeinflussen dieses Klima wesentlich durch ihr eigenes Verhalten, ihre Reaktionen und den Umgang mit Kritik und Fehlern.

 Teilnehmer Max. 10	 Dauer 2 Tage	 Seminarzeit 09:00 - 17:00
--	--	---

Termine

Seminarnummer A25

2027

23.02.-24.02.2027	Region Dortmund
13.04.-14.04.2027	Region Bielefeld

Kein passender Termin dabei?

Sprechen Sie uns an: Wir prüfen gern einen individuellen Firmentermin oder weitere Termine für unsere offenen Seminare.

Über das ime

ime Institut für Management-Entwicklung
Sunderweg 4 · 33649 Bielefeld
0521 94206-0
info@ime-seminare.de

Fragen zum Seminar?

Christian Kaufmann
0521 94206-18
christian.kaufmann@ime-seminare.de

Infos & Anmeldung



Seminarseite öffnen

QR-Code scannen oder
die Seminareseite öffnen.