

Leading statt Pleasing

Klar führen und empathisch bleiben. Ein 12-wöchiges Online-Programm für Fach- und Führungskräfte.

**12 x 90
Min.**

Live-Termine online,
mittwochs 18.30–
20.00 Uhr

2

Einzelcoachings,
inklusive LINC
Personality Profiler

max. 10

Führungskräfte in
einer festen Gruppe

CHF 1790

pro Person, Rechnung
an Arbeitgeber
möglich

Ausgangslage

Viele engagierte Führungskräfte sind empathisch, hilfsbereit und loyal. Unter Druck wird daraus oft ein Muster: Sie sagen zu schnell Ja, schwächen kritisches Feedback ab, übernehmen Aufgaben selbst, statt sie zu delegieren, und vermeiden Konflikte, solange es geht.

Die Folgen spürt das ganze Team: Verantwortung bleibt unklar, Probleme kommen spät auf den Tisch, und die Führungskraft selbst arbeitet am Limit. Das Programm stärkt Klarheit und Durchsetzung, ohne die Empathie zu opfern, die diese Führungskräfte auszeichnet.

Lernziele

Nach dem Programm können die Teilnehmenden:

- eigene Reaktionsmuster unter Druck erkennen und bewusst steuern
- Stressreaktionen regulieren und in schwierigen Situationen handlungsfähig bleiben
- ihren Verantwortungsbereich klären und Aufgaben konsequent delegieren
- Grenzen setzen und Erwartungen klar aushandeln
- klares, wertschätzendes Feedback geben, auch wenn es unbequem ist
- Konflikte frühzeitig ansprechen und Gegenwind aushalten
- Empathie einsetzen, ohne sich in der Rolle zu verlieren
- Selbstbild und Fremdbild abgleichen und Feedback gezielt einholen
- Dynamiken im Team erkennen und Mitarbeitende stärken, statt sie zu entlasten
- ihre Stärken kennen und die nächsten Schritte ihrer Entwicklung planen

Aufbau in drei Teilen

TERMINE 1-6

Eigene Muster verstehen

Reaktionen unter Druck,
Antreiber, Stressregulation,
Verantwortung, Grenzen

TERMINE 7-10

Sich selbst führen

Arbeitsstil, emotionale
Intelligenz, klares Feedback,
Selbst- und Fremdbild

TERMINE 11-12

Wirken und ausrichten

Teamdynamiken,
stärkenorientierte Führung,
berufliche Ausrichtung

Jeder Termin verbindet einen kurzen Impuls mit Reflexion und Austausch an echten Fällen. Zwei Einzelcoachings vertiefen die Arbeit: die Auswertung des LINC Personality Profilers und eine Standortbestimmung zum Abschluss. Es gibt keine Aufzeichnungen, alles Persönliche bleibt in der Gruppe. Nach jedem Termin erhalten alle die Folien.

Nutzen für Ihr Unternehmen

- Führungskräfte delegieren konsequenter, Verantwortung im Team wird klarer verteilt.
- Konflikte und Leistungsthemen kommen auf den Tisch, bevor sie eskalieren.
- Feedback wird konkret und bleibt wertschätzend.
- Wer Grenzen setzen kann, schützt sich und sein Team vor Überlastung.

Termine 2027

Durchgang 1: 3. März bis 2. Juni
Pause 14. und 21. April

Durchgang 2: 25. August bis 1. Dezember
Pause 29. September bis 13. Oktober
Mittwochs, 18.30–20.00 Uhr, online

Investition

CHF 1790

pro Person, inklusive 12 Live-Termine, 2 Einzelcoachings und LINC Personality Profiler. Rechnung an das Unternehmen möglich. Durchführung ab 6 Teilnehmenden.

Leitung: Dr. Verena Stahl

Systemische Coach, Beraterin und Trainerin in Thun und online, Ökonomin und Leadership-Expertin. 2001–2026 Professorin an der Berner Fachhochschule, Departement Wirtschaft, für Leadership, Kommunikation, Teambildung, Change Management und Resilienz, unter anderem in den CAS Leadership, Human-Centered Organization, Coaching, Mentoring und Beratung sowie Nachhaltige Unternehmensentwicklung. Autorin von «Stop Pleasing – Start Leading» (2026), seit 2024 Host des Podcasts «People Pleasing adé».

KONTAKT

+41 79 728 97 79

info@verena-stahl.ch

[verena-stahl.ch](https://www.verena-stahl.ch)