



Stefanie Voss

SOUVERÄN DURCH DIE KRISE: Selbst-Coaching-Techniken für die Corona-Zeit

Mitten auf dem atlantischen Ozean zieht völlig unerwartet ein dickes Sturmtief auf. Der nächste Hafen ist 6 Tage weit weg, und die Sturmfock, ein spezielles Segel für schweres Wetter, wurde aus Platzgründen nicht mitgenommen. Das erlebte Weltumseglerin Stefanie Voss auf ihrer Reise um den Globus, und es erinnert stark an den Zustand, in dem wir uns gerade befinden. Die Corona-Krise zog vor einigen Wochen am Horizont herauf, und plötzlich merken wir: Vorbereitet sind wir nicht, und der einzige Weg, das zu überstehen, ist, es durchzustehen.

Segler führen in diesen Situationen genau und akribisch ihr Logbuch, und Business Coaching Expertin Stefanie Voss greift zu den Selbst-Coaching-Techniken, die sie seit vielen Jahren an Fach- und Führungskräfte großer Konzerne und KMUs vermittelt. Wenn von außen weder Hilfe noch eine Beruhigung der Situation zu erwarten ist, dann müssen wir uns selbst coachen, um einen kühlen Kopf zu behalten und rational handlungsfähig zu bleiben.

Die Erfahrung zeigt: Mit einfachen, pragmatischen Übungen und Methoden kann Selbst-Coaching ein sehr effizientes Werkzeug sein, um die Krise souverän durchzustehen. Es geht dabei nicht um esoterisches Herumgeschwafel, sondern um die schnelle und bestmögliche Beantwortung konkreter Fragen.

Fach- und Führungskräfte bewegen diese Themen: Wie setze ich in der Krise die richtigen Prioritäten? Welche Kommunikationswege muss ich neu denken, neu gestalten, neu etablieren? Was verändert sich im Führungskontext, wie führe ich virtuelle Teams? Was brauchen wir als Team, um weder die Angst, noch die Hektik ans Steuer zu lassen? Hier ist Selbst-Coaching das Mittel der Wahl. Mit den variablen Tools der Selbstreflexion kann das Fragenwirrwarr im Kopf sortiert, strukturiert und in kluge Antworten überführt werden. Genau wie der Segler mit seinem Logbuch, so wird der Projektleiter im Unternehmen mit den Aufzeichnungen zu seinen Selbst-Coaching-Übungen klug und effizient handeln können – in der Corona-Krise, und auch darüber hinaus.

Stefanie Voss zeigt pragmatisch und praktisch, wie Selbst-Coaching genau funktioniert, welche Tools es gibt, und wie diese in den verschiedenen Situationen und zu unterschiedlichen Fragen angewendet werden können. Ihr Credo lautet dabei: „You can never plan for everything, so you have to be able to deal with anything.“

Vortragsinhalte:

- Corona ist VUCA hoch 10 – und es wird auch danach nicht ruhiger
- Selbstreflexionskompetenz ist die wichtigste Fähigkeit in unsicheren Zeiten
- Mit klugen Fragen wirksam führen – andere Menschen und auch sich selbst
- Das Logbuch der eigenen Gedanken – ein Garant für Stabilität und Souveränität
- Selbst-Coaching in der Praxis: wie oft, wie viel, Do's und Dont's im Alltag



Stefanie Voss

Keynote Speaker – Leadership & Team Coach – Weltumseglerin

**** business mind meets pirate soul ****



Kurzvita:

„Die Businessfrau mit der Piratenseele“ - so wird Stefanie Voss oft genannt. Sie geht unkonventionell, beherzt und wagemutig ihren eigenen Weg. Mit 16 war sie Austausch-Schülerin in den USA, mit 23 zog sie für ihren Arbeitgeber nach Argentinien und mit 25 heuerte sie auf einem Segelschiff an, um die Welt zu umrunden. Bereits mit 31 Jahren wurde sie Abteilungsleiterin im DAX-Unternehmen. Nach 15 Jahren Konzernkarriere gründete sie 2009 ihr eigenes Unternehmen. Sie ist heute international erfolgreich als Keynote Speaker und Coach zu den Themen VUCA, Agilität, Diversity und Leadership.

Website: www.stefanie-voss.de

Social Media Profile:

LinkedIn: <http://www.linkedin.com/in/stefanievoss>

YouTube: <https://www.youtube.com/c/StefanieVoss>

Google: <https://g.page/Stefanie-Voss--Speaker-Coach>

Kontakt für Vortragsanfragen:

Mail office@stefanie-voss.de

Tel +49 160 96346969

Redneragentur: www.5-sterne-redner.de/referenten/stefanie-voss