

## Workshop 2

### Booste deine emotionale Führungsagilität

Emotionale Intelligenz & effektives Sportlermanagement

#### Dein Gewinn

- Einen höheren Einfluss zu den Sportlern
- Gestärkte Selbst-Wahrnehmungs- und Beziehungsfähigkeiten
- Gestärkte Wahrnehmung zur emotionalen Kontrolle
- Gestärkte Wahrnehmung zur Empathie
- Verbesserung der Führungskompetenzen, die zu höherem Sportlerengagement führen

#### Booste deine Performance und gestalte deine Sportlerinteraktionen effizienter & vertrauensvoller

#### Mit der aktiven Teilnahme erfahren deine Vereinstrainer

- Wie erfolgreiche Trainer die Prinzipien der emotionalen Intelligenz nutzen, um die Beziehung zu den Sportlern zu verbessern
- Die Bedeutung der Verwendung emotionaler Intelligenz und die Konsequenzen derer Missachtung
- Wie sie ihre Sozial- und Personalkompetenzen verfeinern können

#### Zielgruppe

Trainer, Übungsleiter und Coaches

#### Ort und Dauer

Inhouse 4 h (Workshop 2)

8 h (Workshop 2 & 1)

#### Workshop-Methode

Vortrag, Diskussion, Einzel- und Gruppenarbeit sowie praktische Übungen.

#### Wozu emotionale Intelligenz?

**Selbsterkenntnis** führt zu Selbstvertrauen.

**Selbstkontrolle** führt zu Offenheit gegenüber Neuem.

**Motivation** führt zu Optimismus und Durchhaltewillen.

**Empathie** führt zu einem erfolgreichen Umgang mit Anderen.

**Soziale Kompetenz** führt zu Überzeugungskraft.

PERFORM setzt die neuesten **wissenschaftlichen Erkenntnisse der Hirnforschung** und Methoden ein, um Trainer und Coaches zu unterstützen. **Schnell und mühelos** können sie ihre Sportlerführungs Kompetenzen und ihr **Verhalten** erweitern.

## Preisliste und Aktionen

Trainer, Übungsleiter, Coaches Sport	Bis 5 TN	6-15 TN	> 15 TN	Preis pro Person
<b>Workshop 1</b> (4 Std.)	490,-	690,-	auf Anfrage	
<b>Workshop 2</b> (4 Std.)	490,-	690,-	auf Anfrage	
<b>Workshop 3</b> (4 Std.)	490,-	690,-	auf Anfrage	
<b>Workshop 4</b> (4 Std.)	490,-	690,-	auf Anfrage	
<b>Aktion: 2 ergänzende Workshops</b> (1 & 2 oder 3 & 4) 6 Std. Total <u>zum Sonderpreis</u>	<del>980,-</del> 880,-	<del>1380,-</del> 1280,-		
<b>Einzelcoaching</b>	100,-	180,-		95,- Std.
<i>Alle Preisen zzgl. MwSt.</i>				

## Führungskräfte Gruppenseminare

### Workshop 1. Booste dein Leadership & zwischenmenschliches Vertrauen

Effektive Sportlerführung & die Ansätze der sozialen Identität im Führungsstil

### Workshop 2. Booste deine emotionale Führungsaalität

Emotionale Intelligenz & effektives Sportlermanagement

### Workshop 3. Resilienz & Performance Boost

Stressmanagement & Förderung der Widerstandsfähigkeit

### Workshop 4. Burnout Prävention

**Sportlerführung schärfen,  
Einfluss zu Sportlern verbessern  
& Umgang mit Druck und Stress fördern**

## Warum sollte man an der mentalen Stärke arbeiten?

Der Umgang mit Wettbewerbsdruck-, Angst oder Herausforderung, sowie bei Erfolg, Niederlage oder Verletzung ist bei jedem unterschiedlich. Bei der mentalen Stärke geht es darum, wie effektiv Menschen unter Druck und Stress mit Herausforderungen umgehen können.

Studien zeigen, dass bis zu 25% der Leistungsschwankungen bei Sportlern von der mentalen Stärke abhängig sind. Top-Performer- und Trainer sind sich solchen Herausforderungen bewusst und sind bereit an sich zu arbeiten.

Mit diesen spannenden und interaktiven Workshops, die für den Hessischen Fußball-Verband e.V. konzipiert wurden, wirst du in die effektiven **Kernkompetenzen eines Trainers** eingeweiht und die Gelegenheit bekommen, **dich als Coach zu spezialisieren.**