ST.GALLEN

# VIRTUELLES @ EINZELCOACHING

MANAGEMENT SCHOOL ST.GALLEN

www.mssg.ch/virtual_coaching

# VIRTUELLES @ EINZELCOACHING

## MANAGEMENT SCHOOL ST.GALLEN

Wenn sich Führungskräfte weiterbilden, wollen sie das effizient tun. Sie wollen sich gezielt richtiges Wissen von exzellenten Dozenten aneignen. Eine grosse Relevanz haben dabei auch die zeitliche Vereinbarkeit mit den Aufgaben im Unternehmen und eine angemessene Lernumgebung.
Mit mehr als 25 Jahren Erfolg in der Management-Weiterbildung bietet die Management School St.Gallen ein umfassendes und durchdachtes Online-Programm für Einzelpersonen und Unternehmen.

### UNSERE AKTUELLE THEMENÜBERSICHT

- **REMOTE LEADERSHIP – FÜHREN AUF DISTANZ**
- **IN ONLINE-MEETINGS ÜBERZEUGEN**
- **KONFLIKTMANAGEMENT**
- **SELF-LEADERSHIP UND STRESS-RESILIENZ IN KRISENZEITEN**
- **AUFTRITT, WIRKUNG UND PERSÖNLICHKEIT IN HERAUSFORDERNDEN ZEITEN**
- **FÜHREN MIT EMPATHISCHER KOMMUNIKATION IN HERAUSFORDERNDEN ZEITEN**
- **PROFESSIONELLER UMGANG MIT WIDERSTÄNDEN UND SCHWIERIGEN SITUATIONEN**
- **SELF-LEADERSHIP UND STRESS-RESILIENZ IN KRISENZEITEN**
- **STRATEGIE**
- **FINANCE & CONTROLLING**
- **MEINE STÄRKEN STÄRKEN – MEINE POTENZIALE ENTFALTEN**

### HINWEISE ZUR DURCHFÜHRUNG

- Das Coaching kann für 2 oder 4 Stunden gebucht werden.
  Die 4-stündige Session kann auch in 2 × 2 Stunden aufgeteilt werden.
  Die Termine werden individuell vereinbart.
- Im Preis enthalten ist ein telefonisches Bedarfsklärungsgespräch mit dem Referenten.
- Das Coaching erfolgt virtuell, z.B. per Skype oder Telefon.
- Das Coaching kann auch in englischer Sprache durchgeführt werden.

### PAKETPREISE FÜR COACHING-EINHEITEN

Bitte beachten Sie die abweichenden Konditionen für ein Stärkencoaching.

- CHF 720 I EUR 650 für 2 Stunden
- CHF 1'330 I EUR 1'200 für 4 Stunden




## REMOTE LEADERSHIP – FÜHREN AUF DISTANZ

### Gemeinsam mit einem Profi die Zusammenarbeit im virtuellen Team erfolgreich gestalten

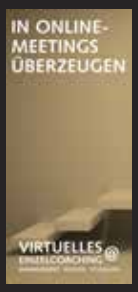
Zusammenarbeiten, obwohl Vorgesetzte und Mitarbeiter oder Teams nicht an einem Ort sind, gehörte auch schon vor Corona-Zeiten häufig zum Alltag. Immer öfter arbeiten Teams virtuell zusammen, nicht selten über Ländergrenzen und verschiedenen Zeitzonen hinweg. Doch durch «Social Distancing» hat das Thema aktuell eine ganz neue Brisanz erhalten. Aber was bedeutet es für die Führung, wenn der Grossteil der Mitarbeiter plötzlich im Homeoffice arbeitet? Gemeinsam mit einem Experten reflektieren und erarbeiten Sie Wege, wie Führung auch auf Distanz gelingt und wie Ihr Team auch virtuell erfolgreich zusammenarbeitet.

#### MÖGLICHE THEMENKOMPLEXE

Die Auswahl der Themen erfolgt in Absprache mit dem Coach

- Haltung und Mindset für die Führung von Mitarbeitern im Homeoffice: was Sie jetzt besonders brauchen und was Sie nun sein lassen sollten
- Wie Sie die Synchronisation Ihres Teams in Zeiten virtueller Arbeit sicherstellen
- Tägliche Routinen und Abläufe in Zusammenarbeit mit virtuellen Teams finden
- Verhaltensregeln für die virtuelle Zusammenarbeit
- Kommunikationsabläufe definieren; Erreichbarkeit sichern
- Selbst-Management der Mitarbeiter stärken können
- Beziehungen und Teamgefühl trotz Distanz fördern

Weitere Informationen und aktuelle Termine unter
www.mssg.ch/online_coaching/virtuelle_fuehrung




## IN ONLINE-MEETINGS ÜBERZEUGEN

### Virtuell überzeugend wirken: Individuelle Unterstützung für den perfekten Auftritt in Online-Besprechungen und Videokonferenzen

In der aktuellen Situation sind Online-Meetings, durchgeführt als Videokonferenzen, Telefonkonferenzen und Webinare plötzlich für die Mehrzahl der Mitarbeiter verpflichtend geworden. Doch während einige Mitarbeiter bereits früher schon im Home-Office waren, ist diese Art virtuell zusammenzuarbeiten für die meisten Neuland. Umso wichtiger ist es, auch hier zu wissen, was für einen überzeugenden Auftritt relevant ist, damit Ihre Anliegen in der neuen Virtualität nicht untergehen. Ein erfahrener Coach unterstützt Sie auf diesem Weg.

#### MÖGLICHE THEMENKOMPLEXE

Die Auswahl der Themen erfolgt in Absprache mit dem Coach

- Wie Sie ein virtuelles Meeting richtig einleiten
- Online Knigge für Video- und Telefonkonferenzen
- Sprechtechnik für Profis
- Blickkontakt und Körpersprache
- Verständnis sichern und hinterfragen
- Tipps zur Technik und zum Umgang mit Technikpannen
- Analyse des eigenen Auftretens durch das Expertenfeedback
- Behandlung individueller Fragestellungen rund um das Thema Online-Meetings

Weitere Informationen und aktuelle Termine unter
www.mssg.ch/online_coaching/virtuelle_meetings




## KONFLIKTMANAGEMENT

### Mit einem Profi-Coach erfolgreiche Strategien zur Konfliktlösung entwickeln

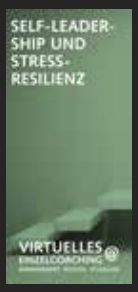
Wenn Menschen miteinander arbeiten, gehen sie in Beziehung zueinander – und Beziehungen bergen immer auch ein gewisses Konfliktpotenzial. Doch wie lösen wir Konflikte zwischen Kollegen, Mitarbeitern und Vorgesetzten, so dass es keine Verlierer gibt? Im individuellen Coaching «Konfliktmanagement» zeigt Ihnen ein professioneller Coach die dafür notwendigen Strategien und Handlungsanweisungen auf.

#### MÖGLICHE THEMENKOMPLEXE

Die Auswahl der Themen erfolgt in Absprache mit dem Coach

- Wie kommt es zu Konflikten?
- Die Hintergründe, die Entstehung und den Verlauf von Konflikten wahrnehmen und verstehen
- Welche Konfliktstrategien gibt es?
- Dysfunktionale und funktionale Strategien unterscheiden
- Wie löse ich Konflikte konstruktiv?
- Strategien und Techniken der Konfliktbewältigung für Ihre persönlichen Spannungsfelder entwickeln
- Umgang mit schwierigen Situationen in Ihrem Team oder privaten Umfeld

Weitere Informationen und aktuelle Termine unter
www.mssg.ch/online_coaching/konfliktmanagement




## SELF-LEADERSHIP UND STRESS-RESILIENZ IN KRISENZEITEN

### Weitsicht, Gelassenheit und Selbstführung in stürmischen Zeiten

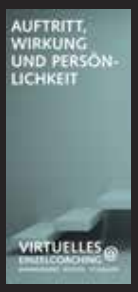
Gerade in Krisenzeiten ist es wichtig, ruhig und überlegt zu handeln und sich von panischen Strömungen nicht mitreissen zu lassen. Dieses Coaching unterstützt Sie darin, der «Fels in der Brandung» zu sein, die richtigen Entscheidungen zu treffen und Ihre Botschaften angemessen zu kommunizieren.

#### MÖGLICHE THEMENKOMPLEXE

Die Auswahl der Themen erfolgt in Absprache mit dem Coach

- Innere Gedanken, Gefühle und Impulse steuern
- Stress-Resilienz aufbauen
- Self-Leadership erhöhen
- Gelassenheit ausbauen
- Optimale Kommunikationsstrategien entwickeln
- Gefühlen und Bedürfnissen anderer angemessen begegnen
- Sich und anderen die richtigen Fragen stellen
- Diskussionen zu aktuellen Situationen aus dem Berufsumfeld
- Alle sonstigen Fragen, die sich während des Coachings zusätzlich ergeben

Weitere Informationen und aktuelle Termine unter
www.mssg.ch/online_coaching/stress_resilienz




## AUFTRITT, WIRKUNG UND PERSÖNLICHKEIT IN HERAUSFORDERNDEN ZEITEN

### Überzeugend und charismatisch Auftreten durch individuelles Coaching

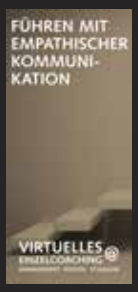
Um in Ihrem Beruf erfolgreich zu sein, ist nicht nur relevant, was Sie leisten, sondern wie Sie und Ihre Leistung wahrgenommen werden. Gönnen Sie sich ein individuelles und persönliches Einzelcoaching, in dem Sie Ihre Wirkung auf andere gezielt auf den Prüfstand stellen und daran arbeiten, charismatischer aufzutreten und auch in Zeiten der Krise souverän zu wirken.

**MÖGLICHE THEMENKOMPLEXE**

Die Auswahl der Themen erfolgt in Absprache mit dem Coach

- Die Ehrlichkeit der Körpersprache
- Hoher Status vs. tiefer Status: den angemessenen Status einnehmen
- Gelassenheit und Souveränität mit gezielten Körperübungen optimieren
- Mimik empathisch und effektiv einsetzen können
- Seien Sie aufgeheitert: Die Macht der Stimme kennen und nutzen können
- Mut zu mehr Eindruck durch Ausdruck und emotionale Ansprache in Krisenzeiten
- Bei Gesprächen, Meetings und Veranstaltungen (online und live) die eigene Präsenz und Empathie zeigen und so Vertrauen erwecken
- Rede- und Auftrittscoaching (für Online-und Live-Auftritte)
- Die eigene Wirkung kennen und in stürmischen Zeiten diese selbst managen können

Weitere Informationen und aktuelle Termine unter
www.mssg.ch/online_coaching/auftritt




## FÜHREN MIT EMPATHISCHER KOMMUNIKATION IN HERAUSFORDERNDEN ZEITEN

### Einfühlungsvermögen, Motivation und kommunikative Kompetenz: Wie Sie Ihr Team in Zeiten der Krise unterstützen

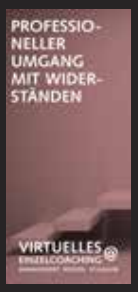
Wenn die Not und die Unsicherheit am grössten sind, wenn es um Existenz, Überleben und Weitermachen geht, ist oft wenig Zeit für Diskussionen und die eigenen Befindlichkeiten bei den verantwortungsvollen Führungskräften. Präsenz, Souveränität, Entscheidungswille, Mut und empathische Kommunikation sind die entscheidenden Kompetenzen einer Führungskraft in und nach herausfordernden Zeiten. Holen Sie sich professionelle Unterstützung, um Ihr Team durch schwierige Situationen zu führen und den Teamgeist dabei aufrecht zu erhalten.

**MÖGLICHE THEMENKOMPLEXE**

Die Auswahl der Themen erfolgt in Absprache mit dem Coach

- Reflexion der eigenen Haltung und des Verhaltens in herausfordernden Situationen
- Psychologische Grundbedürfnisse von Menschen
- Empathisches und aktives Zuhören
- Kontinuierliche Kommunikation initiieren
- Erfolgreiches Führen auf Distanz
- Vermittlung von Orientierung und Sicherheit
- Motivation und Leistungsbereitschaft
- Potenziale der Mitarbeiter in Krisenzeiten ausschöpfen
- Vertrauen, Commitment und Zusammenhalt erzeugen und an die Selbstverantwortlichkeit appellieren
- Bedenken und Einwände sicher und souverän meistern

Weitere Informationen und aktuelle Termine unter
www.mssg.ch/online_coaching/empathische_fuehrung




## PROFESSIONELLER UMGANG MIT WIDERSTÄNDEN UND SCHWIERIGEN SITUATIONEN

### Souverän für die eigene Sache einstehen – mit persönlicher Expertenunterstützung

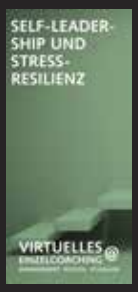
Als Führungskraft, aber auch in der Leitung von Projekten und bei Diskussionen in Meetings hat man es oft mit Situationen zu tun, in denen alle guten Argumente nichts zu bewirken scheinen, weil andere nicht wirklich zuhören, sondern sofort dagegen argumentieren. Kennen Sie den Moment, wo Sie den Eindruck haben, dass Sie mit Ihrer Überzeugungskraft an Ihre Grenzen kommen? Genau hier setzt dieses Einzelcoaching an.

**MÖGLICHE THEMENKOMPLEXE**

Die Auswahl der Themen erfolgt in Absprache mit dem Coach

- Diskussion Ihrer individuellen Situation und aller relevanten Aspekte, die damit zusammenhängen.
- Wie und wodurch entstehen Widerstände?
- Was erhöht die Kooperationsbereitschaft von anderen?
- Wann und wie sollten Sie argumentieren?
- Was stärkt Ihre Überzeugungskraft?
- Alle Fragen, die sich während des Coachings zusätzlich ergeben.

Weitere Informationen und aktuelle Termine unter
www.mssg.ch/online_coaching/schwierige_situationen




## SELF-LEADERSHIP UND STRESS-RESILIENZ IN KRISENZEITEN

### Weitsicht, Gelassenheit und Selbstführung in stürmischen Zeiten

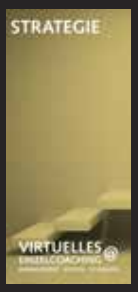
Gerade in Krisenzeiten ist es wichtig, ruhig und überlegt zu handeln und sich von panischen Strömungen nicht mitreissen zu lassen. Dieses Coaching unterstützt Sie darin, der «Fels in der Brandung» zu sein, die richtigen Entscheidungen zu treffen und Ihre Botschaften angemessen zu kommunizieren.

**MÖGLICHE THEMENKOMPLEXE**

Die Auswahl der Themen erfolgt in Absprache mit dem Coach

- Innere Gedanken, Gefühle und Impulse steuern
- Stress-Resilienz aufbauen
- Self-Leadership erhöhen
- Gelassenheit ausbauen
- Optimale Kommunikationsstrategien entwickeln
- Gefühlen und Bedürfnissen anderer angemessen begegnen
- Sich und anderen die richtigen Fragen stellen
- Diskussionen zu aktuellen Situationen aus dem Berufsumfeld
- Alle sonstigen Fragen, die sich während des Coachings zusätzlich ergeben

Weitere Informationen und aktuelle Termine unter
www.mssg.ch/online_coaching/stress_resilienz




## STRATEGIE

### Strategien auch in Krisenzeiten schlagkräftig machen

Das Management ist dafür verantwortlich, den zukünftigen Erfolg und damit die langfristige Lebensfähigkeit der Unternehmung zu sichern. Doch verfolgen Sie auch in der aktuellen Situation noch die richtige Strategie? Welche Auswirkungen können sich für Ihr Geschäftsmodell kurzfristig ergeben? Und wo müssen Sie schnell handeln und Anpassungen vornehmen? Bei diesen Fragestellungen setzt das individuelle Strategie-Coaching an.

**MÖGLICHE THEMENKOMPLEXE**

Die Auswahl der Themen erfolgt in Absprache mit dem Coach

- Unternehmensstrategie – was gilt es jetzt bei der Umsetzung zu beachten?
- Geschäftsmodell-Innovation – welche Chancen ergeben sich aus der Krise?
- Digitale Transformation – wo muss diese jetzt verstärkt voran getrieben werden?
- Welche unserer Geschäfte / Geschäftsfelder werden wie betroffen sein?
- Was ist der tatsächliche Impact auf die verschiedenen Kunden- und Produktsegmente?
- Vision, Mission, Werte- was brauchen unsere Mitarbeiter jetzt?
- Welche Massnahmen können und welche sollten wir ergreifen – inklusive der zeitlichen Priorisierung?
- Alles sonstigen Fragestellungen rund um Ihren Strategie-Prozess

Weitere Informationen und aktuelle Termine unter
www.mssg.ch/online_coaching/strategie




## FINANCE & CONTROLLING

### Ihre professionelle Unterstützung im Finanz- und Rechnungswesen

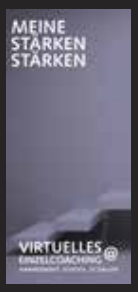
Erfolgreiche Unternehmensführung verlangt die Beherrschung der Instrumente und Regeln des finanzwirtschaftlichen Managements. In der aktuellen Situation ist es wichtiger denn je, den Überblick über die Finanzlage zu behalten. Ein erfahrener Finanzexperte hilft Ihnen dabei, die Stabilität und Profitabilität der Unternehmung langfristig zu sichern.

**MÖGLICHE THEMENKOMPLEXE**

Die Auswahl der Themen erfolgt in Absprache mit dem Coach

- Ihren CFO in Krisenzeiten besser verstehen lernen
- Budget- und Liquiditätspläne kritisch hinterfragen
- Risiko-Controlling für Nicht-Betriebswirte
- Lernen Sie Ihren eigenen Geschäftsbericht zu analysieren und zu hinterfragen
- Optimieren Sie Ihr Corporate Reporting
- Intelligentes Kostenmanagement
- Bilanz und Bilanzstrategien
- Finanzanalyse
- Finanzierungsstruktur und Finanzierungsstrategien
- Sonstige individuelle Fragestellungen rund um Finanzmanagement im deutschen und schweizerischen Recht sowie im internationalen Rechnungswesen

Weitere Informationen und aktuelle Termine unter
www.mssg.ch/online_coaching/finance




# MEINE STÄRKEN STÄRKEN – MEINE POTENZIALE ENTFALTEN

## Die eigenen Talente im Fokus

Der Schlüssel zur Spitzenleistung liegt in der Konzentration auf die eigenen Stärken und deren Weiterentwicklung. Doch wissen Sie eigentlich, was genau Ihre Stärken sind? Können Sie diese gezielt einsetzen? Und kennen Sie die beste Vorgehensweise, um Ihre Potenziale zu entfalten und zur Geltung bringen? Ein erfahrener Coach unterstützt Sie dabei, Ihre eigenen Stärken zu erkennen, Ihr individuelles Stärkenprofil zu nutzen und die eigenen Stärken weiter auszubauen.

### MÖGLICHE THEMENKOMPLEXE

Die Auswahl der Themen erfolgt in Absprache mit dem Coach

- Das eigene Stärkenprofil verstehen
- Stärken und Talente kennen und erkennen
- Übersicht über die Stärken und ihre Zusammenhänge
- Stärkenentwicklung und Stärkenplanung
- Konsequenzen für den Führungsalltag
- Umgang mit vermeintlichen Schwächen

Weitere Informationen und aktuelle Termine unter
www.mssg.ch/online_coaching/staerkenorientierung

### HINWEISE ZUR DURCHFÜHRUNG

- Das Coaching kann für 1 oder 2 Stunden gebucht werden.
- Das Coaching erfolgt virtuell, z.B. per Skype oder Telefon.
- Das Coaching kann auch in englischer Sprache durchgeführt werden.

### PAKETPREISE FÜR COACHING-EINHEITEN

- CHF 445 I EUR 400 EUR für 1 Stunde
- CHF 720 I EUR 650 EUR für 2 Stunden
- Lizenz für den Clifton StrengthsFinder®: ca. CHF 80–100 I EUR 70–90 (entfällt, wenn bereits ein Profil vorhanden ist)

## Managementkompetenz

*Wenn es etwas gibt, dessen man sich sicher sein kann, dann ist es das Wissen, dass die Führungskräfte von morgen Entscheidungen treffen und Handlungen setzen, die sehr weit davon entfernt sind, was Führungskräfte heute tun. Und sie werden es auf eine ganz andere Art und Weise tun.*

*Die Führungskräfte von heute zu befähigen, diesem veränderten Morgen schon wieder voraus zu sein – und es so zu ihrer neuen Gegenwart und eigenen Zukunft zu machen – ist das Ziel der Management School St.Gallen.*

MANAGEMENT SCHOOL ST.GALLEN

Fürstenlandstrasse 41
9001 St.Gallen
Telefon (41) 071 222 51 53

@
office@mssg.ch www.mssg.ch

www.mssg.ch/virtual_coaching