

## SONNOS – INSTITUT FÜR INTEGRATIVE FÜHRUNG

Im Institut für integrative Führung fördern wir die Entwicklung und Umsetzung von emotionalen Führungskompetenzen und begleiten konsequent beim Umsetzen. Wir vermitteln zeitgemäßes Führungs-Wissen, wie Veränderungs-Knowhow über emotionale Selbstführung, die Logik der Gefühle und die Dynamik von Beziehungen. Unser Anliegen ist es, Menschen darin zu unterstützen, sich selbst und andere durch Veränderungsprozesse führen zu können.



**BIRGIT-RITA REIFFERSCHIEDT**

(1963) Emotionale und energetische Selbstführung, Körper-Coaching, Förderung von Kreativität und Selbsta Ausdruck, Supervision von Beratungs- und Führungsprozessen.

**CHRISTIANE WINDHAUSEN**

(1958) Selbstführung in Beziehungen, Konfliktmediation, Vermittlung emotionaler Veränderungskompetenz, Vorträge über die Relevanz von Beziehungen und zur integrativen Führung.

INSTITUT FÜR INTEGRATIVE FÜHRUNG

**SONNOS**

[WWW.SONNOS.NET](http://WWW.SONNOS.NET)

# KOMPASS

3 Tage emotionale Selbstführung und individuelle Navigation



DASS WIR UNSER DENKEN NUTZEN,  
IST VERTRAUT UND SELBSTVERSTÄNDLICH.  
DOCH MIT UNSEREN GEFÜHLEN  
FÜHLEN WIR UNS HÄUFIG UNSICHER.

Suchen Sie einen praktischen und alltagstauglichen Zugang zu Ihren Gefühlen?  
Wollen Sie die Kraft der Gefühle in Ihr Handeln integrieren?

### Der Kompass vermittelt in 3 Tagen ein praktisches und an erfolgreicher Umsetzung orientiertes System zur emotionalen Selbstführung.

Wenn das innere Navigationssystem streikt und sich im Chaos der Gefühle die persönliche Kompass-Nadel nicht mehr klar kalibrieren lässt, braucht es einen verlässlichen Prozess zur emotionalen Selbstführung, der den Umgang mit den eigenen Gefühlen neu eicht.



### Veränderung braucht den kompetenten Umgang mit Emotionen

Wie wäre es, in Situationen von Krise und Veränderung dem eigenen, neu geeichten Kompass folgen zu können? Über ein eigenes System zu verfügen, das für künftige Veränderungs- und Krisensituationen übertragbar ist? Eine Landkarte der eigenen Gefühle erstellt zu haben, die Sie zum erfolgreichen Krisenmanager macht, ohne sich selbst zu verlieren?

Die Basis von Veränderungskompetenz besteht aus Emotionsarbeit.

### Emotionale Selbstführung ist lernbar

Gefühle folgen ihren eigenen Gesetzmäßigkeiten und sie haben ihre eigene Logik. Diese kennen zu lernen bildet die Grundlage, um sich mit dem eigenen Kompass sicher durch Krisen und Veränderungen zu führen. Mit der Logik von Gefühlen kompetent umzugehen bedeutet, dass sich die Kompass-Nadel, die sich auf der Kompass-Rose bewegt, reibungslos bewegen kann.

Emotionskompetenz und die Fähigkeit zur Ausrichtung führt zu Lebendigkeit, Authentizität und Effektivität.

### Organisation

Der KOMPASS umfasst 3 Tage Training in einer Gruppe von maximal zehn Teilnehmern. Veranstaltungsort ist ein speziell ausgewähltes Seminarhotel, das der intensiven Zeit gerecht wird. Die individuelle Förderung wird zusätzlich durch ein Integrations-Coaching nach Abschluss des Trainings sichergestellt.

### Kontakt

SONNOS – INSTITUT FÜR INTEGRATIVE FÜHRUNG

Christiane Windhausen + Birgit-Rita Reifferscheidt  
Gut Kistemacherhof  
50259 Pulheim

Bitte besuchen Sie unsere Webseite [www.sonnos.net](http://www.sonnos.net) für weitere Information und aktuelle Termine oder nehmen Sie unmittelbar Kontakt mit uns auf:

+49-(0)2234-967 98 10 oder [info@sonnos.net](mailto:info@sonnos.net)