Ausbildungszentrum AGV Bau Saar

Kolbenholz 1-2 u. 4-5
Schafbrücke
66121 Saarbrücken

Tel.: 06 81 – 9 89 06-0
Fax: 06 81 – 9 89 06-60

Mail: info@abz-bau-saar.de
Web: www.abz-bau-saar.de

Seminar für Führungspersonal

Mentale Stärke und Selbstführung im Arbeitsalltag

Gelassen, klar und handlungsfähig – auch unter Druck.

Seminar ID: 2627-FT 03 und 2627-FT 04

Meisterhaft Deutsche Bauwirtschaft

Führungskräfte im Bauwesen stehen täglich vor hohen Anforderungen: Termindruck, Verantwortung, wechselnde Prioritäten, Abstimmungen mit unterschiedlichen Beteiligten und schnelle Entscheidungen gehören zum Alltag.

Das Seminar unterstützt Führungskräfte dabei, auch in belastenden Situationen ruhig, konzentriert und handlungsfähig zu bleiben. Im Fokus stehen praxistaugliche Methoden, um den Umgang mit Stress und Druck bewusster zu gestalten, Prioritäten klarer zu setzen und die eigene Energie gezielter einzusetzen.

Im Mittelpunkt stehen mentale Stärke, Selbstführung und ein souveräner Umgang mit Druck, Verantwortung und anspruchsvollen Führungssituationen.

Inhalte

- Mentale Stärke im Führungsalltag entwickeln
- Eigene Stressmuster erkennen und gezielt steuern
- Auch unter Druck klar und entscheidungsfähig bleiben
- Prioritäten setzen und den Überblick behalten
- Energie und Fokus im Arbeitsalltag sinnvoll einsetzen
- Routinen für mehr Gelassenheit und innere Stabilität etablieren
- Selbstführung als Grundlage wirksamer Führung stärken

Nutzen

- Mehr Ruhe und Konzentration in hektischen Arbeitsphasen
- Mehr Klarheit und Überblick bei hoher Belastung
- Souveräner Umgang mit Druck, Verantwortung und wechselnden Anforderungen
- Bewusstere Entscheidungen auch in anspruchsvollen Situationen
- Mehr Fokus, Energie und innere Stabilität im Führungsalltag
- Konkrete Strategien für mehr Gelassenheit und Handlungsfähigkeit

Zielgruppe

Führungskräfte, Nachwuchsführungskräfte, Bauleiterinnen und Bauleiter sowie Personen mit Personal-, Projekt- oder Führungsverantwortung im Bauwesen.

Dozentin

Cornelia Möcke

Termin

2627-FT 03 01.10.2026 / 09:00-17:00 Uhr
2627-FT 04 19.01.2027 / 09:00-17:00 Uhr

Gebühr

Mitgliedsfirmen: 330,00€ /Teilnehmer
Nichtmitgliedsfirmem: 390,00€ /Teilnehmer

Zahlung erfolgt nach Rechnungsstellung innerhalb 8 Tagen, unabhängig von Leistungen Dritter (z.B. Agentur für Arbeit), an folgende Bankverbindung:
Bank 1 Saar, Konto 0001634003,
BLZ 59190000
IBAN DE28 5919 0000 0001 6340 03
BIC SABADE5SXXX.

Ort

Ausbildungszentrum AGV Bau Saar gGmbH
Kolbenholz 1-2 u. 4-5, 66121 Saarbrücken
Fon 06 81 – 9 89 06-0
Fax: 06 81 – 9 89 06-60
Mail: info@abz-bau-saar.de

Förderprogramm
KdW – Kompetenz durch Weiterbildung

Das Programm bietet kleinen und mittleren Unternehmen (KMU) mit einer Betriebsstätte im Saarland die Möglichkeit, einen Zuschuss zu den Weiterbildungskosten ihrer Beschäftigten zu erhalten. Nähere Informationen finden Sie unter **www.kdw.saarland.de**

Info

Im Rahmen der **Meisterhaftkampagne** erhalten Handwerksbetriebe des AGV Bau Saar für den 4-Sternebereich 1**00 Punkte** in der Kategorie Unternehmensführung/ Marketing.

Ausbildungszentrum
AGV Bau Saar gGmbH

Geschäftsführer — Claus Weyers

Geschäftsführer — Dipl.-Ing. M. Pirron