

# Insight Journey 4 Leaders

Persönlichkeitsentwicklung zum  
eigenen Führungs-Original



**E · S · B · A**  
European Systemic Business Academy



## MENSCHEN FOLGEN MENSCHEN

...und keinen Funktionen Titeln oder Rängen. .  
Untersuchungen der letzten Jahrzehnte haben gezeigt,  
dass sich die wichtigsten Führungsqualitäten um Soft  
Skills und emotionale Intelligenz drehen.

(Quelle: Harvard Business Report; Global Human Capital Trends 2024; World Economic Forum)

# PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

## Growth

Die Fähigkeit, diese Kompetenzen aktiv zu verbessern, sollte für Führungskräfte und Unternehmen höchste Priorität haben. Sie werden richtungsweisend, wenn nicht sogar richtungsentscheidend sein.

## Mentale & emotionale Skills

### Persönlichkeitsentwicklung ermöglicht

- herauszufinden wie ich ticke
- Stärken und Potenziale zu erkennen und zu entfalten,
- hinderliche Gewohnheiten und Muster abzulegen
- flexibel auf Veränderungen reagieren und
- entsprechend Entscheidungen treffen zu können.



# CONTENT

## Wie ticke ich?

- Biographie-Arbeit mit der Map of Life
- Fragen zum persönlichen Hintergrund beruflicher Entwicklung
- Fragen zu persönlichen Überzeugungen und Verhaltensmustern
- Wie kann dieses Wissen meine Führungsfähigkeiten verbessern?

## Stärken und Potenziale erkennen

- Strength & Potential Profile
- Was liegt brach, was kann ich reaktivieren, erneuern oder neu entwickeln?
- Wie zahlt dies auf meine Führungsarbeit ein?

## Self-Leading Competences

- Alte Muster und hinderliche Gewohnheiten ablegen
- Mindset, Self-Talk und Glaubenssätze von inneren Motivatoren und Kritikern identifizieren und hilfreich gestalten im privaten und beruflichen Kontext.

## Emotionen und Beziehungen

- Wie nehme ich meine eigenen Emotionen und die von anderen wahr?
- Wie kommuniziere ich diese?
- Wie stelle ich Vertrauen her? Wie reagiere ich in Konflikten und stressigen Situationen?



Insight  
Journey  
4 Leaders

# Insight Journey 4 Leaders

OPEN  
WORKSHOP  
1,5 TAGE  
WIEN

## FRÜHJAHR 2025

Freitag 16.05.- Samstag 17.05.2025

## HERBST 2025

Freitag 17.10.- Samstag 18.10.2025

ORT: E.S.B.A Frankgasse 1/Top 3, 1090 Wien  
Seminarzeiten: Fr. 16:00- 20:00 Uhr, Sa. 09:30 - 17:30 Uhr

# Insight Journey 4 Leaders

OPEN  
WORKSHOP  
1,5 TAGE  
LINZ

## FRÜHJAHR 2025

Freitag 23.05.- Samstag 24.05.2025

## HERBST 2025

Freitag 03.10.- Samstag 04.10.2025

ORT: E.S.B.A Promenade 9, 4020 Linz  
Seminarzeiten: Fr. 16:00- 20:00 Uhr, Sa. 09:30 - 17:30 Uhr

## OPEN WORKSHOP



### AUSTAUSCH MIT ANDEREN

Führungskräfte unterschiedlichster Branchen, Unternehmen und Erfahrungsspannen genießen die Auseinandersetzung und Vernetzung.

## Insight Journey 4 Leaders

## INHOUSE WORKSHOP



### AUSTAUSCH MIT KOLLEG:INNEN

Workshop ist auch Inhouse an die Bedürfnisse des Unternehmens und der Führungskräfte in Format, Dauer und Inhalte adaptierbar

## Dr. Lisa Tomaschek-Habrina, MSc

- Senior Business Coach der ESBA – European Systemic Business Academy sowie ACC-Österr. Dachverband für Coaching & DBVC - dt. DV für Coaching und IOBC - Int. Org.f. Business Coaching)
- Leitung Department Burnout und Stressprävention der ESBA
- Gründer der Sycademy GmbH Systemische Digitalakademie
- Lehraufträge an der ESBA und Sigmund Freud Uni Wien
- Gründungsmitglied und langjährige Leitung des Institut ibos für Burnout und Stressmanagement, sowie der privaten Krankenanstalt für psychische Gesundheit origo Gesundheitszentren GmbH bis April 2017
- Performance-, Gesundheits-, sowie Businesscoach (ISO-Zertifizierung 17 024 zum Coach, sowie ISO-Prüferin)
- Psychotherapeutin (Psychodrama, Traumafokus) Mitglied des ÖAGG und ECP)

### Kernkompetenzen

- Mental Health, Leadership Development v.a. zu Themen: Selbstmanagement, mentale Stärke, Burnoutprävention & Stressmanagement, Resilienz, Digital Leadership, Ressourcen- und Belastungsmanagement, Gesundes Führen, etc. Seit über 20 Jahren Burnoutfachfrau in Österreichs Fachpublikationen und Medienauftritte zu oben genannten Themen.
- Sprachen: Deutsch, Englisch

### Ausbildung / Qualifikation

- Studium der Theater-Film und Medienwissenschaften (Uni Wien) Ausbildungen in Psychodrama & Traumafokus - Psychotherapie (ÖAGG), systemisches Coaching nach dem Kieler Beratungsmodell der ESBA u.v.a.m., Zertifizierte Beraterin für ASSESS (Potentialanalyse inkl. 360° Feedback) RELIEF (Stressprävention), INSIGHT (Potentialanalyse) by SCHEELEN®, sowie Schauspielausbildungen im In- und Ausland. Seit 33 Jahren verheiratet, 2 erwachsene Kinder

[www.lisatomaschek.at](http://www.lisatomaschek.at) und [www.esba.eu](http://www.esba.eu) / +43 676 843 145 207/l.tomaschek@esba.eu

Begleitung

Insight  
Journey  
4 Leaders

## KOSTEN

### Insight Journey 4 Leaders



#### OPEN WORKSHOP

- EUR 990,- Einzelperson (exkl. USt.)
- Packageprices für Firmen
- Bei Teilnahme ab 3 MA eines Unternehmens (20% Rabatt)



#### INHOUSE

Anbot in Abhängigkeit von Unternehmensneeds und Teilnehmerzahlen auf Anfrage



Insight  
Journey  
4 Leaders

Begleitung



European Systemic Business Academy

### INFORMATION & ANMELDUNG

Dr. Lisa Tomaschek-Habrina, MSc

 +43 676 843 145 207

 [ltomaschek@esba.eu](mailto:ltomaschek@esba.eu)  
[www.lisatomaschek.at](http://www.lisatomaschek.at)

# WHY?

## PERSONAL DEVELOPMENT - WHY?

- |   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| 1 | • <b>Selbstwahrnehmung und Fähigkeit zur Selbstregulation.</b> | 1 | Mitarbeiter können effektiver arbeiten, da sie ihre Stärken nutzen und ihre Schwächen ausgleichen können. Höhere Produktivität und Effizienz führen zu besseren Geschäftsergebnissen und einem stärkeren Wettbewerbsvorteil.       |
| 2 | • <b>Kommunikations- und Sozialkompetenzen</b>                 | 2 | Dies fördert ein positives Arbeitsumfeld und stärkt die Teamarbeit. Effektive Zusammenarbeit und ein gutes Arbeitsklima führen zu einer höheren Gesamtleistung des Teams und schnellerer Problemlösung und zu weniger Fluktuation. |
| 3 | • <b>Change-Kompetenz</b>                                      | 3 | Unternehmen mit anpassungsfähigen und resilienten Mitarbeitern können schneller auf Marktveränderungen reagieren und haben eine größere Chance, in turbulenten Zeiten erfolgreich zu sein.   |
| 4 | • <b>Innovation &amp; Kreativität</b>                          | 4 | Mitarbeiter, die ermutigt werden, ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln, sind oft kreativer und innovativer. Sie bringen neue Ideen und Lösungsansätze ein. Dies hilft Unternehmen, sich von der Konkurrenz abzuheben.               |

## KONTAKT

DR. LISA TOMASCHEK-HABRINA

FRANKGASSE 1/ TOP 3, 1090 WIEN

 +43 676 843 145 207

 l.tomaschek@esba.eu

 **E · S · B · A**  
European Systemic Business Academy