



PROF. DR. SARAH GIERHAN

Coach für talentierte Tausendsassa  
Professorin für Coaching



# FÜHRUNGSKRÄFTE-TRAINING: STARKES TEAM DURCH FÜHRUNGSKOMPETENZ

**Trainingsbeschreibung**

Stand: Mai 2023

Prof. Dr. Sarah Gierhan  
Vogesenstraße 12  
76829 Landau in der Pfalz

 [kontakt@sarahgierhan.de](mailto:kontakt@sarahgierhan.de)  
 <https://sarahgierhan.de/>



## DAS TRAINING

Mitarbeiter:innen zu führen, ein Team zu leiten und in der Führungsebene zu wirken, will gelernt sein. Gerade in der heutigen Zeit mit New Work, Arbeit 4.0 und VUCA eine Herausforderung! Ein steigender Workload bei weniger Personal, kombiniert mit noch mehr Kennzahlen, Controlling, Formularen, rechtlichen Vorgaben. Wie soll man hier noch einen guten Job als Führungskraft hinkriegen? Und dabei selbst motiviert, gesund und leistungsfähig bleiben.

Es gibt einiges, was einer Führungskraft die Arbeit erleichtert – und damit ist nicht nur eine gute Sekretärin gemeint. **ZEITMANAGEMENT**, Strategien zum **UMGANG MIT SCHWIERIGEN MITARBEITENDEN**, eine gelungene **GESPRÄCHSFÜHRUNG**: all das ist wesentlich und erlernbar. Ebenso wie eine gute **PERSONALFÜHRUNG**, **STRESSMANAGEMENT** und **EFFIZIENTES ARBEITEN**.

Im Führungskräfte-Training der besonderen Art mit Business Coach Prof. Dr. Sarah Gierhan lernen die Leader unserer Organisationen auch, angemessen zu **KOMMUNIZIEREN**, mit **KONFLIKTEN GUT UMZUGEHEN**, für eine erfolgreiche **ZUSAMMENARBEIT IM TEAM** und ein **GUTES ARBEITSKLIMA** zu sorgen. So sind sie fit für die Herausforderungen an ihrem Arbeitsplatz und wieder motiviert für ihren Job.

## DER NUTZEN

Zufriedenheit trotz hoher Belastung? – Nach diesem Training wissen die Teilnehmenden, wie sie das real werden lassen.

Das Ergebnis sind **MOTIVIERTE UND LEISTUNGSFÄHIGE FÜHRUNGSKRÄFTE**, die sich in und mit ihrem Job wohlfühlen. Für sich, für ihre Mitarbeiter, für die Organisation. **KONFLIKTE, STRESS UND FLUKTUATION WERDEN WENIGER**, die **ZUFRIEDENHEIT STEIGT** messbar.

Das Training hat  
meine  
Erwartungen  
übertroffen!

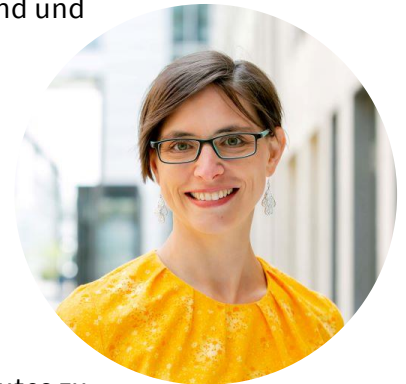


## DIE METHODEN

Prof. Dr. Sarah Gierhan coacht die Teilnehmenden zu ihren ganz spezifischen Herausforderungen und Anliegen. So ist jedes Führungskräfte-Training **EINZIGARTIG UND HÖCHST INDIVIDUELL**. Die Teilnehmenden **REFLEKTIEREN IHRE ROLLE, IHRE ARBEITSWEISE UND FAKTOREN FÜR ERFOLGREICHES WIRKEN**. Prof. Gierhans geballte Expertise in Zeitmanagement, Produktivität, Führung, Stressmanagement, Resilienz und Kommunikation hebt die Ergebnisse des Trainings zusätzlich auf ein nächstes Level.

## DIE KURSLEITUNG

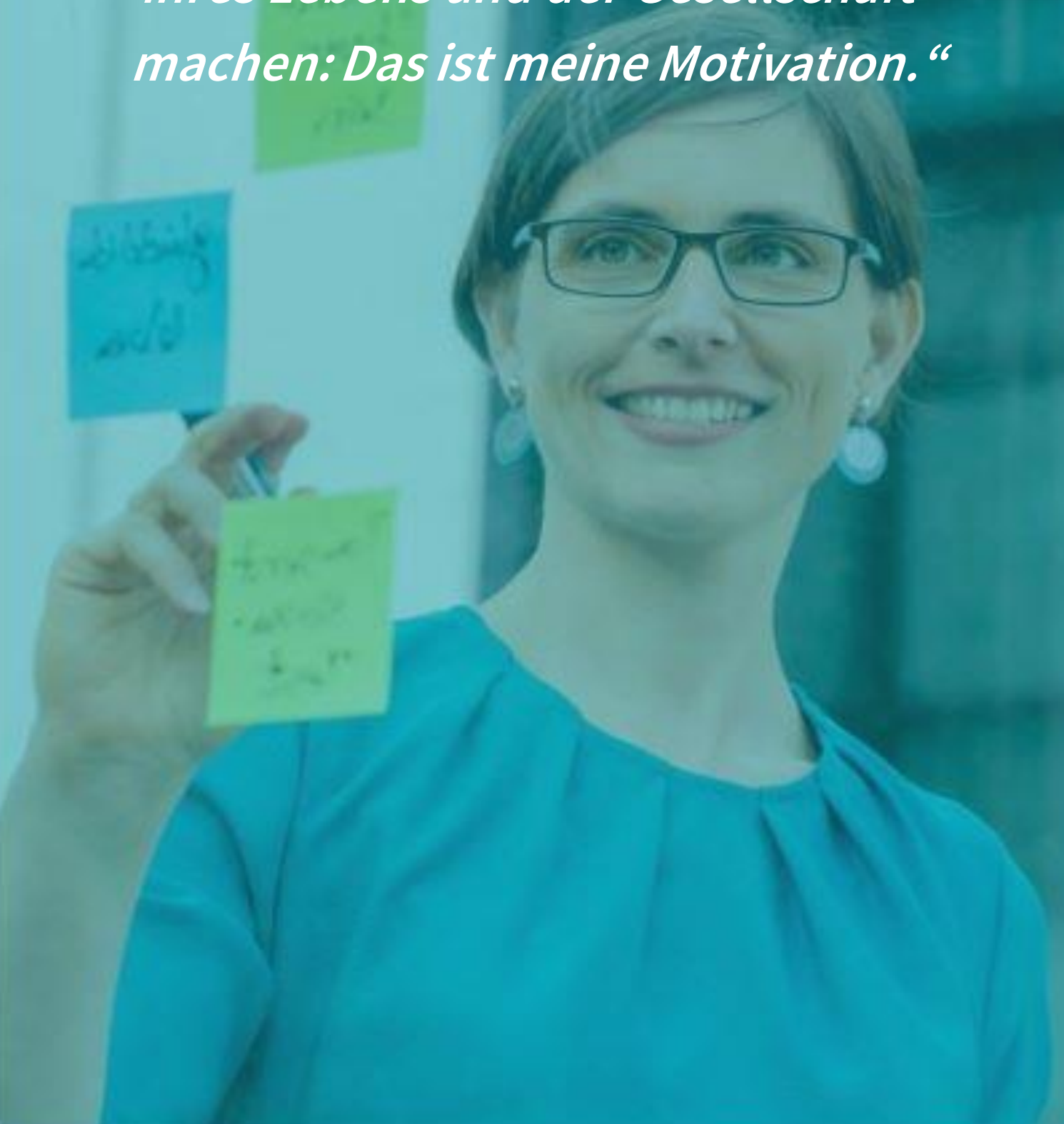
**PROF. DR. SARAH GIERHAN** hat einen neuropsychologischen Hintergrund und sich als **PROFESSORIN FÜR COACHING** auf das effektive Coaching von talentierten Tausendsassa spezialisiert. Sie ist zertifizierte Stressmanagement- und Resilienztrainerin sowie zertifizierte Business Coach und war jahrelang als **PROJEKTLEITERIN** im Non-Profit-Bereich tätig. Mit ihrer zugewandten Art, ihrem guten Gespür, ihrer jahrelangen Erfahrung und ihrer Professionalität unterstützt sie zahlreiche Menschen erfolgreich dabei, ihre Führungskompetenz auszubauen, Stress zu reduzieren, leistungsfähig(er) zu werden und gute berufliche Entscheidungen zu treffen. Ihre Motivation ist es, anderen Menschen Gutes zu tun.



<https://sarahgierhan.de/ueber-mich/>

- **Seminar-Dauer:** je nach Bedarf bzw. Rahmenvorgaben, zum Beispiel 1 Tag; auch verteilt auf mehrere Termine möglich
- **Zielgruppe:** Gesunde Führungskräfte aller Ebenen und Branchen, die ihre Führungskompetenzen ausbauen und ihre Rolle stärken wollen.
- **Format:** online als Webinar oder präsent; ab 4 Teilnehmenden

*„Menschen Gutes tun, sie unterstützen und zu Gestaltern ihres Lebens und der Gesellschaft machen: Das ist meine Motivation.“*



# IHRE COACH UND TRAINERIN – INTENSIV, INDIVIDUELL, EFFEKTIV

Ich kombiniere mein neuropsychologisches Wissen mit professionellen Ausbildungen als Coach, Resilienz- und Stressmanagement-Trainerin langjähriger Berufserfahrung und einer außergewöhnlichen Persönlichkeit.



## THEMEN:

- Stressmanagement
- Führung
- Berufswahl für Vielbegabte
- Resilienz

## AKTUELLE TÄTIGKEIT:

- Professorin für Coaching, IU Internationale Hochschule
- Zertifizierter Business Coach, freiberuflich
- Zertifizierte Trainerin, freiberuflich
- Lehrcoach, Coaching-Ausbildung der Universität Mainz

## WEITERE BERUFSERFahrung:

- Projektleiterin für Gehirn- und Medizinthemen bei Stiftungen
- Unternehmensberaterin bei McKinsey & Co.
- Wissenschaftlerin für psychologische und neuroanatomische Fragestellungen
- Musikpädagogin und Instrumentallehrerin
- wissenschaftsjournalistische Tätigkeiten

## QUALIFIKATIONEN:

- Zertifizierte Resilienztrainerin
- Zertif. Trainerin Multimodales Stressmanagement
- Zertifizierter Business Coach (FH)
- Zertif. Innovationsmanagerin (FH)
- Promotion (Neuropsychologie)
- Magister (Sprachwissenschaft, Psychologie, Kunstgeschichte)
- Staatl. geprüfte Musikpädagogin div. Weiterbildungen, z.B. Coaching von Teams und Gruppen, Führung, Training, Kommunikation, Moderation, Projektmanagement

## KONTAKT:

- 📍 Vogesenstraße 12, 76829 Landau in der Pfalz
- ✉ kontakt@sarahgierhan.de
- 🌐 www.sarahgierhan.de
- 📄 linkedin.com/in/sarah-gierhan
- 👤 coaches.xing.com/profile/Sarah\_Gierhan

„Menschen Gutes tun, sie unterstützen und zu Gestaltern ihres Lebens und der Gesellschaft machen: Das ist meine Motivation.“