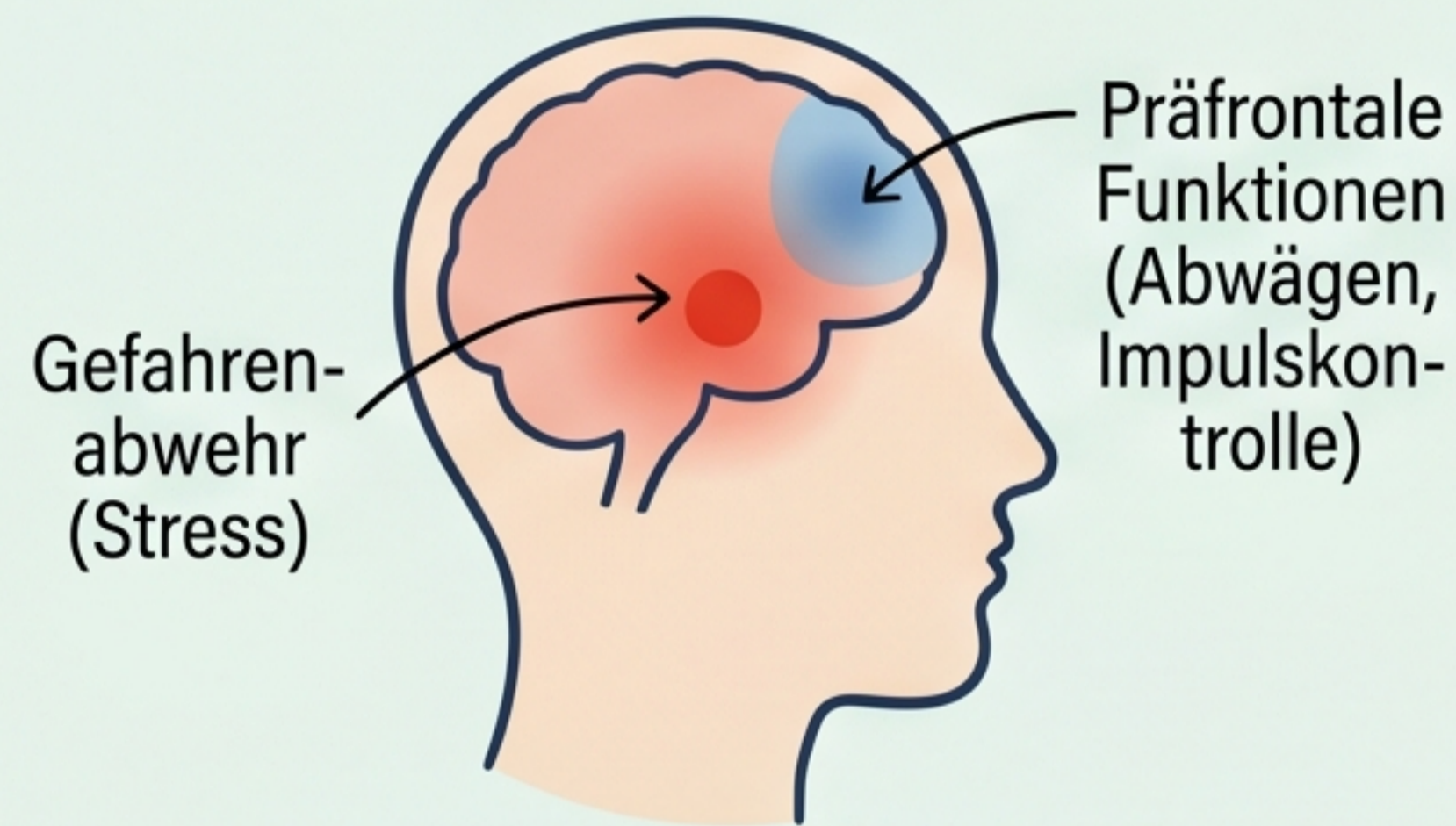


Führungswerte unter Stress: Wenn die Führungskraft unter Stress wirklich zeigt, wofür sie steht

Unter Stress wird der Charakter sichtbar. Emotionale Selbstregulation ermöglicht konsistente, werteorientierte Führung.

Warum Stress den Zugriff auf Werte verändert



Stress blockiert das bewusste Denken. Werte sind Zustände, keine starren Plakate.

PSI-Theorie: Kopfwerte vs. Selbstwerte



Kopfwerte
(Regeln, logisch, starre Prinzipien)



Selbstwerte
(stimmig, integriert, Handlungsenergie)



Die Werte-Ampel: Check für Konsistenz



GRÜN: Werte verfügbar (Selbstkontakt)

Innehalten möglich. Klar & respektvoll. Innere Richtung spürbar.

Mikro-Intervention:

Wert benennen, dann handeln.

GELB: Zugriff wackelig (Anspannung)

Innere Rechtfertigung. Körperlicher Stress (Druck, flacher Atem).

Mikro-Intervention: 30 Sek.

Zweitregulation & Leitfrage.

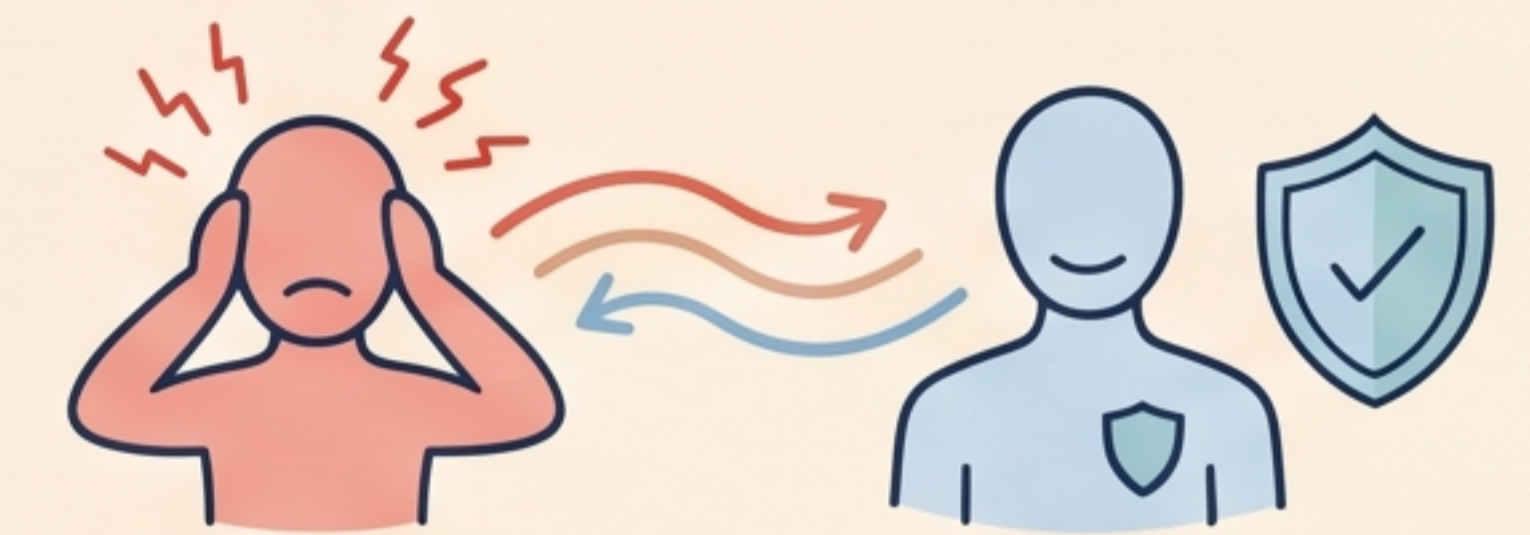
ROT: Stress übernimmt (Automatismen)

Handeln wie ferngesteuert. Schärfe, Tunnelblick. Danach oft Bedauern.

Mikro-Intervention: STOP!
Erst regulieren, dann führen.

Glaubwürdigkeit entsteht durch das Bemerkten & Reparieren von Kippunkten.

Zweitregulation & Praxis-Prozess



Stressübertragung Regulationsangebot

Führung ist auch Co-Regulation. Stress wird oft unbewusst übernommen.

Der werte-orientierte 90-Sekunden-Prozess



Haltung bewahren: Flexibilität mit Richtung

“ „Ich bin verantwortlich für das Ergebnis – und für die Art, wie wir dort hinkommen.“ ”

Werteorientiert führen: Unterstützung bei Stress.
Analysieren Sie Stressmuster, entwickeln Sie Strategien.
[Kostenloses Erstgespräch vereinbaren]