



## Modul 1 Karriere – warum und wofür?

Die Wahrheit ist hart, aber notwendig. Wer Karriere machen will, muss der Realität in die Augen blicken: Fleiß und Ehrlichkeit allein reichen dafür nicht. Andere werden befördert und die „fleißigen Bienechen“ bleiben in den unteren Rängen. Ehrgeiz und Durchsetzung sind notwendig, um sein persönliches Ziel zu erreichen.

Wer Karriere und Führung will, muss sich über sich selbst klar werden. Was bedeutet Karriere für mich? Warum strebe ich Karriere an? Wofür will ich mir das antun? Wie hoch will ich hinaus und was bin ich tatsächlich bereit dafür zu geben? Finden wir gemeinsam das „WHY“ Ihrer Karriere.

Denn die Gründe stehen an erster Stelle und die Antworten erst an zweiter. Die Energie folgt Ihrer Aufmerksamkeit und die richtet sich in Zukunft auf das Wesentliche für Ihren Erfolg.



## Modul 2 Machtspiele und andere Regeln

Es ist eine Illusion, dass es im Berufsleben um die reale Arbeit und die reinen Ergebnisse geht. Führungskraft zu sein ist weit mehr – Everybody's Darling sein ist vorbei. Der Karriereweg hat eigene Spielregeln, die es zu erkennen und bestmöglich zu nutzen gilt. Erst wenn man weiter oben ist, kann man die Spielregeln aktiv beeinflussen. Und darum geht es auch, die Macht zu nutzen, um „das Spiel“ zum Besseren zu verändern.

Oft kündigen Mitarbeitende, weil sie in ihrem Unternehmen unzufrieden sind, die Unternehmenskultur unpassend finden. Sie glauben, dass es in einem anderen Unternehmen anders und besser ist. Die meisten Menschen sind nach kurzer Zeit wieder frustriert, denn Macht und Machtspielchen gibt es überall.

Wir erarbeiten, warum Macht und Spielregeln so wichtig sind, um etwas bewegen zu können und wie Sie mit den Mitspieler\*innen am besten umgehen.



## Modul 3 Wie läuft Karriere und wer bestimmt darüber?

Karriere hat sehr viel mit dem Mittelalter zu tun. Hierarchie, Treue und Kampf sind immer noch vorhanden, sie werden nur besser versteckt. Hierarchische Systeme gibt es schon sehr lang – seit hunderten Millionen Jahren. Dominanz-Systeme gibt es überall in der Natur, sie sind Teil der Evolution. Diese gewachsenen Systeme verändern sich auch nicht in kurzer Zeit. Nur wenn wir bewusst daran arbeiten, werden wir sie umgestalten.

Karriere ist immer noch ein Thema von Vertrauen, Strukturen, Gefolgschaft, Geben und Nehmen, Einsatz für Andere und dadurch die Erweiterung des eigenen Einflusses. Dazu ist es essenziell, die eigene Rolle zu verstehen. Was wollen Chef\*innen eigentlich wirklich, wann unterstützen sie eine Karriere und wann nicht. Sie sind eine Aktie – wir zeigen Ihnen, wie Sie im Kurs steigen und Ihr Wert laufend steigt.



## Modul 4 Immer authentisch? Schwierig.

In jedem Unternehmen gibt es Schafe, Hütehunde und Raubtiere. Die meisten folgen einfach ihrem Instinkt, was das bedeutet, darauf gehen wir im Trainingsprogramm ein. Eine gute Führungskraft ist wie ein Hütehund – stets das Wohl der Herde im Mittelpunkt und gleichzeitig jederzeit bereit sie gegen ein Raubtier zu verteidigen.

Viele „Hütehunde“ in Unternehmen verstehen ihre Rolle nur teilweise, sie wehren sich dagegen zu „töten“. Doch genau das ist ihre Aufgabe. Wir betrachten, wie Sie Ihren authentischen Führungsstil finden, sich selbst auf Ihrem langen Karriereweg treu bleiben und wie dies mit Ihren Werten zusammenhängt. Und wir bereiten Sie auch auf den kommenden „Kampf“ vor – denn Angriffe gibt es immer wieder entlang des Karrierewegs, nicht nur von Raubtieren.



## Modul 5 Wer Karriere sagt, muss auch Verantwortung sagen

Macht kommt nicht von machen, sondern vom indogermanischen maht, welches „können“ bedeutet. Macht bedeutet Einfluss und Einfluss bedeutet, die eigenen Themen und Ziele voranzubringen. Wenn Sie Macht können und sich selbst richtig verkaufen, werden Sie Ihren Einfluss steigern. Sie brauchen Ihre „Personal Brand“, Ihre Positionierung, damit Sie Ihren Wirkungsgrad erhöhen.

Karriere passiert nicht einfach, sie muss aktiv gewollt und geformt werden. Dafür muss man bewusst Verantwortung für die eigene Karriere übernehmen, gezielte Schritte setzen und wissen, wann man Nein sagt. Erst dann werden Sie aus Gelegenheiten auch Erfolg machen. Dazu gehört auch das aktive Spiel der Unternehmenspolitik. Politik (in Unternehmen) ist kein Übel, sondern eine Tatsache menschlichen Handelns und Interessenausgleichs. Und sie funktioniert nach festen Regeln, die Sie lernen werden.



## Modul 6 Tue Gutes und rede drüber – be visible!

Den Karriereweg geht man nicht allein, sondern mit Unterstützung anderer. Ein grundlegendes Element von Macht und Einfluss sind daher gute Beziehungen. Sie werden auf Ihrem Karriereweg immer wieder Unterstützung und Verbündete benötigen. Diese Netzwerke und Seilschaften in- und außerhalb des Unternehmens gilt es langfristig aufzubauen – Vertrauen entsteht nicht über Nacht.

Beziehungen sind auch die Quelle von Informationen und diese sind wiederum eine Grundlage für Macht – wer Bescheid weiß, kann vorausdenken. Die Sichtbarkeit ist eine weitere Voraussetzung, um Karriere zu machen. Nur wenn Sie sichtbar sind, fallen Sie den Entscheider\*innen bei der nächsten Beförderungsrunde ein. Dafür muss klar sein, wofür Sie stehen, warum Sie die richtige Wahl sind. Sie müssen darüber reden und damit Netzwerke aufbauen.



## Modul 7

### Wie bekomme ich, was ich will?

Wer trifft wichtige Entscheidungen in Ihrem Unternehmen? Wie werden diese vorbereitet? Wo bekommen Sie Verbündete? Meistens passiert Entscheidungen sehr früh und in einem kleinen Kreis, sicher nicht spontan in einem Meetingraum. Nur mit „Recht Haben“ und „Besser Wissen“ überzeugen Sie niemanden. Wenn Sie immer Schiedsrichter\*in im Unternehmen spielen sagen Sie sich dadurch selbst ab, denn Sie sind anderen unbequem.

Sie werden die wichtigen Spielregeln erkennen und anwenden lernen. Denn für eine Entscheidung lernen Sie sich an den wesentlichen Personen zu orientieren. Dafür müssen Sie sich selbst gut kennen, Ihre Gegenüber gut einschätzen und sich aktiv auf diese Entscheidungen vorbereiten – Ihre eigenen Ziele und die Ihrer Gesprächspartner\*innen analysieren. Dann bekommen Sie langfristig das, was Sie wollen – für Ihre Themen und für Ihre Karriere.



## Modul 8

### Angriffe, Neid und Co. – resilient statt turbulent

Neid muss man hart sich erarbeiten, heißt es. Wenn Sie sich Ihre Position erkämpft haben, gilt es diese zu verteidigen. Das ist oft die größere Herausforderung, denn andere sind bereit, absolut alles für eine Karriere zu tun. Angriffe und Intrigen gehören einfach dazu und Sie werden lernen, diese an sich abprallen zu lassen, zu Ihrem Vorteil zu nutzen und geschickter zu agieren.

Resilienz in kritischen Gesprächen, mit schwierigen Personen, ist ein wesentlicher Faktor für Ihren Erfolg. Die eigenen Bedürfnisse zu kennen und das Energielevel auch in Tiefs hoch halten zu können sind die Basis für eine erfolgreiche Karriere. Flexibilität ist Macht und die wesentliche Frage ist: Wollen Sie Recht haben oder gewinnen?



## Modul 9

### Mentale Vorbereitung als Basis zum Erfolg

Sieger\*innen verändern ihre Vorgangsweise, bis sie die gewünschten Ergebnisse erreichen. Einmal öfter aufstehen als hinfallen, mit jedem Versuch dem Sieg etwas näherkommen. Jeder Mensch will Sieger\*in sein, aber oft steigen die Guten aus dem Wettkampf aus, weil sie das System ablehnen. Tatsächlich ist das System nur so, weil viele mittendrin aussteigen und es damit den Konkurrenten überlassen, wie gespielt wird.

Die große Frage ist daher, wie kann man Karriere erfolgreich gestalten ohne (sich) aufzugeben oder auszubrennen? Alle erfolgreichen Sportler\*innen nutzen Mentaltraining – sind für die Minuten des Wettkampfs perfekt vorbereitet, wissen wie sie Trainings- und Regenerationszeit optimal nutzen, um punktgenau ihre Leistung abzurufen. Im Management gibt es andere Aufbau- und Abkühlungsphasen, man muss permanent bereit sein zu leisten. Wir sehen uns an, wie wir für Sie die Erfolgsrezepte aus dem Sport auf die Karriere und die Führung übertragen können.



## Modul 10 Nach dem Spiel ist vor dem Spiel

Nach diesen gemeinsamen Wochen werden Sie mit anderen Augen auf Karriere und Konkurrenzkampf blicken. Sie werden erkennen, wo Sie sinnlos Energie verloren haben und was bis dato unsichtbar vor Ihren Augen abgelaufen ist. Am Ende schärfen wir nochmals nach, wo es zusätzlich mentale Unterstützung oder Vorbereitung braucht und wir reflektieren gemeinsam, wie Sie den Alltag und die potentiellen Kämpfe besser meistern.

Mit Selbstreflexion und Selbstverantwortung habe Sie Ihre Karriere nun aktiv unter Kontrolle. Sie kennen sich nun selbst besser und können aktiv für sich sorgen. Denn körperliche und geistige Fitness sind für den kräfteraubenden Führungsalltag notwendig. Je besser Ihnen das bewusst ist, umso gezielter können Sie auf Ihr Energielevel und Wohlbefinden achten.

Denn Erfolg und Veränderung kommen vor allem durch Konsequenz und Wiederholung.

### Was Sie bekommen

- 5 Trainingstage für Module 1 bis 9
- 5 Kamingespräche mit spannenden Vorbildern und inspirierendem Netzwerken
- 1 Trainingsabend für Modul 10
- 10 Coaching-Stunden à 50 Minuten mit freier Zeiteinteilung zwischen und nach den Modulen
- Das Buch zum Training
- Mitgliedschaft in das 1000-Neue-Alumni-Netzwerk
- 10% Rabatt auf weitere Trainings und Coachings auf Lebenszeit

Weitere Informationen unter [info@1000neue.institute](mailto:info@1000neue.institute)