
THE INNER STRENGTH LEADERSHIP PROTOCOL

Ein nachhaltiger Entwicklungsprozess
für Führungskräfte



Andreas Bauer

Inner Strength Leadership
Coach, zert. Breathwork Coach,
zert. systemischer Coach, zert.
RMP Master, zert. Team-
Entwickler, zert. systemischer
Berater



Kontakt

Mail: andreas.bauer@synetz-cc.de

Phone: +49 151 64314742

Web: www.synetz-cc.de

Office

synetz-change consulting GmbH

Andreas-Nockher-Straße 27

53844 Troisdorf

Warum weiterlesen



Das Inner Strength Leadership Protocol ist ...

- virtuell, modular, budgetfreundlich
- eine 9-monatige, enge Begleitung der Führungskräfte
- auf langfristige Wirkung und Nachhaltigkeit angelegt
- anschlussfähig auch bei vollen Terminkalendern
- messbar & wissenschaftlich fundiert
- optimal für kurze time-to-performance
- skalierbar für Einzelpersonen oder Gruppen
- das Ergebnis aus 17 Jahren Erfahrung als Leadership Coach

Das Inner Strength Leadership Protocol ist ein integrativer Leadership-Prozess. Die Teilnehmer*innen erlernen Leadership-Skills wie Selbstführung, Resilienz, Entscheidungsfähigkeit, Leistungsmanagement, Kommunikationsstärke, Konfliktkompetenz, Teamführung, Fokus unter Druck oder den Umgang mit Veränderungen. Darüber hinaus entwickeln die Teilnehmer*innen ein klares Rollenverständnis und die für wirksame Führung notwendige mentale sowie körperlicher Regulationsfähigkeit.

Ziel ist es, Führungskräfte zu befähigen, in komplexen Umfeldern klar, wirkungsvoll und nachhaltig zu agieren.

Das Protokoll ist ein strukturierter Entwicklungsprozess, der sich gezielt in den Führungsalltag integriert. Es verbindet eng verzahnte Coaching-, Trainings- und Reflexionsformate zu einem kontinuierlichen Lernpfad, der nachhaltige Veränderung ermöglicht. Durch seine rhythmische Struktur und alltagsnahe Anwendung wirkt das Protokoll langfristig – nicht nur durch Intensität, sondern auch durch Beständigkeit und bewusste Integration.

Monate 1–2: Persönlichkeit & innere Stärke

Themen:

- Reiss Motivation Profile®(RMP) & Selbstverständnis als Führungskraft
- Emotionale Selbstregulation & Resilienz
- Breathwork & Embodiment: Präsenz unter Druck
- Werte, Haltung & persönliche Führungsvision
- Impact Score Startmessung

Ziele:

- Selbstverständnis und Klarheit gewinnen
- Eigene Trigger, Muster und Antreiber verstehen
- Ruhe und Souveränität im Führungsalltag entwickeln

Formate:

- Kick Off mit Teilnehmer*innen & PE/HR
- 1 Coaching #1
- 1 Live Online Skill-Training
- 3 Learning Nuggets
- Impact Score Startmessung
- Reiss Motivation Profile (RMP)

Monate 3–4: Mitarbeiterentwicklung & Leistungsmanagement

Themen:

- Potenziale erkennen & fördern
- Proaktives Leistungsmanagement
- Motivation & Leistungsdynamiken verstehen (RMP-Transfer)
- Feedback- & Entwicklungsgespräche führen
- Anerkennung, Zielgespräche & Wirksamkeit
- Delegation: Vertrauen & Verantwortung balancieren

Ziele:

- Mitarbeiter gezielt entwickeln und motivieren
- Mitarbeiter*innen mit strukturiertem Leistungsmanagement gezielt weiterentwickeln.
- Kommunikations- und Feedback-Skills stärken

Formate:

- 2 Live Online Skill-Trainings
- 6 Learning Nuggets

Monate 5–6: Teamführung & Konfliktkompetenz

Themen:

- Psychologische Sicherheit & Vertrauen im Team
- Konfliktkompetenz & Klarheit in schwierigen Situationen
- Kollektive Energie und Zusammenarbeit steuern
- Team Building: Rollen, Grenzen, Teamidentität
- Impact Review auf Teamebene

Ziele:

- Teams zu Leistungsgemeinschaften entwickeln
- Teams stabil und lösungsorientiert führen
- Konflikte konstruktiv und frühzeitig steuern
- Teamenergie und Zusammenhalt fördern

Formate:

- 1 Coaching #2
- 2 Live Online Skill-Trainings
- 5 Learning Nuggets

Monate 7–8: Change & Führung in Unsicherheit

Themen:

- Change-Dynamiken & Emotionen im Wandel verstehen
- Kommunikation in Veränderung
- Umgang mit Widerstand & Ambiguität
- Selbstführung in Transformation
- Change Leadership mit innerer Stärke

Ziele:

- Veränderung ruhig, klar und wirkungsvoll gestalten
- Teams durch Unsicherheit führen
- Vertrauen und Orientierung in Bewegung geben

Formate:

- 2 Live Online Skill-Trainings
- 6 Learning Nuggets

Monat 9: Integration & Wirkung

Themen:

- Integration von Kopf, Körper und Verhalten
- persönliche Leadership Identity & Signature Statement
- Impact Score Abschlussmessung
- Transferplan für den Alltag
- Feiern der Fortschritte & Peer Reflections

Ziele:

- Gelerntes Verhalten stabil verankern
- Wirkung sichtbar und spürbar machen
- Klarheit über nächste Entwicklungsschritte

Formate:

- 1 Review-Coaching #3
- 2 Learning Nuggets
- Impact Score Abschlussmessung
- Abschluss-Workshop mit Teilnehmer*innen und PE/HR

Das Protokoll

Ein strukturierter, intensiver und nachhaltiger Begleitprozess auf dem Weg zur Führungskraft.

3 Individuelle Coachings/Gruppencoachings (online)

Individuelle oder gruppenbasierte Coaching-Sessions, in denen konkrete Führungsherausforderungen, persönliche Themen und Entwicklungsziele bearbeitet werden. Die Coachings schaffen Klarheit, fördern Selbstreflexion und unterstützen den nachhaltigen Transfer der Themen in den Führungsalltag.

7 Live Online Skill-Trainings á 150 Minuten

Kompakte, interaktive Trainingseinheiten mit Fokus auf einen spezifischen Leadership-Schwerpunkt – etwa Kommunikation, Konfliktkompetenz, Selbstführung oder Präsenz. Theorie, Praxisübungen und Transferimpulse wechseln sich ab, um Inhalte sofort anwendbar zu machen.

23 Learning - Nuggets

Kurze, digitale Lerneinheiten (Videos, Reflexionsfragen, Übungen), die zwischen den Live-Sessions bereitgestellt werden. Sie vertiefen zentrale Konzepte, regen Selbstreflexion an und sichern kontinuierliches Lernen im eigenen Tempo.

2 Leadership Impact Scores

Ein strukturierter Selbst- und Fremdeinschätzungsprozess zu Beginn und Ende des Programms. Er misst Entwicklung in den relevanten Führungsbereichen – und macht Wirkung und Wachstum in Führung messbar und transparent.

1 Reiss Motivation Profile®

Ein wissenschaftlich fundiertes Persönlichkeitsprofil, das individuelle Motive und Antreiber sichtbar macht. Es hilft, die eigene Motivation, Kommunikationsmuster und Führungsstile besser zu verstehen und gezielter zu gestalten.

Kick-Off und Abschluss gemeinsam mit HR/PE

Methodik, Ablauf, und Ziele werden dargestellt. Fragen & Erwartungen geklärt. Die Teilnehmer*innen finden sich als Lerngruppe. Ziel ist es Orientierung, Commitment und ein gemeinsames Verständnis für die Reise schaffen. Die Abschluss-Session dient der Reflexion, Integration und Ergebnissicherung. Die Teilnehmenden präsentieren ihre Erkenntnisse, Entwicklungsschritte und Praxiserfahrungen. HR/PE erhält Einblick in Wirkung und Nutzen für die Organisation, Erfolge werden sichtbar gewürdigt.

Seit über 20 Jahren begleiten wir Unternehmen, wenn sie sich der Herausforderung einer Veränderung stellen, vom Mittelstand bis zum Konzern. Als Unternehmensberatung mit Sitz im Rheinland beraten wir in der gesamten DACH-Region. Der systemische Ansatz ist die Grundlage unserer Beratung. Transparenz, Partizipation und Augenhöhe sind die Grundpfeiler unserer Arbeit.

Einige unserer zufriedenen Kunden

- *Amt für Inklusion und Bildung, Hameln*
- *Dentsu DACH*
- *Funke Logistik GmbH, Essen*
- *Funke Akademie, Essen*
- *Genossenschaftsverband, Weser-Ems e.V Oldenburg*
- *Genossenschaftsverband e.V Neu-Isenburg, Hannover*
- *INTER Versicherungsgruppe, Mannheim*
- *ifb Institut zur Fortbildung von Betriebsräten KG, Seehausen*
- *Kühne Logistics University, Hamburg*
- *otto group, Hamburg*
- *Rheinisch-Westfälische Genossenschaftsakademie, Rösrath*
- *rku.it, Herne*
- *Toom Baumarkt GmbH, Köln*
- *Targobank AG & Co. KGaA, Düsseldorf & Duisburg*