



Kit Symons & Holly Sedlacek

Auch technisch versierte Führungsteams können in entscheidenden Momenten hinter den Erwartungen zurückbleiben. Unter Druck wird deutlich, welche Kluft zwischen dem Selbstbild von Führungskräften und ihrem tatsächlichen Auftreten besteht – und zwischen einem Team, dessen Mitglieder sich lediglich tolerieren, und einem, dessen Mitglieder einander vertrauen. Die meisten Entwicklungsprogramme üben lediglich bestimmte Verhaltensmuster ein; nur wenige fördern die emotionale Bandbreite, die eine Führungskraft benötigt, wenn der Plan scheitert.

Kit Symons und Holly Sedlacek unterstützen Führungsteams dabei, das Vertrauen und die emotionale Bandbreite aufzubauen, die funktionale Teams von leistungsstarken Teams unterscheiden, wobei sie sich auf den Spitzenfußball und die Organisationspsychologie stützen.

Kit Symons & Holly Sedlacek's 2026 Biographie

Warum Unternehmen mit Kit Symons und Holly Sedlacek zusammenarbeiten

- Ein authentischer doppelter Blickwinkel auf Leistung unter Druck. Ein ehemaliger walisischer Nationalspieler und Trainer von Fulham arbeitet gemeinsam mit einer staatlich geprüften Organisationspsychologin – präsentiert als zweistimmige Sitzung.
- Der Sport dient als Anschauungsbeispiel. Symons spricht aus der Umkleidekabine eines Premier-League-Clubs, und Sedlacek übersetzt das Geschehen dort in eine für die Unternehmensleitung verständliche Sprache der Psychologie.
- Inhalte, die über Klischees hinausgehen und Themen behandeln, mit denen Führungsteams stillschweigend zu kämpfen haben: Impostor-Syndrom auf Führungsebene, der Umgang mit Scheitern in der Öffentlichkeit und die emotionalen Kosten von Veränderungen.
- Formate für unterschiedliche Zielgruppen: motivierende Keynote, Kamingespräch, Masterclass und anschließendes Team-Coaching mit „Know Your Pace“.

Biografische Höhepunkte

- Kit Symons: 36 Länderspiele für Wales; jeweils über 100 Ligaspiele bei Portsmouth, Manchester City und Fulham.
- Kit Symons: Trainer von Fulham seit Oktober 2014; Assistent von Chris Coleman bei der walisischen Nationalmannschaft seit Januar 2012.
- Holly Sedlacek: Master in Arbeits- und Organisationspsychologie; ICF ACC-Coach.
- Holly Sedlacek: zertifiziert in Hogan, EQi 2.0, DiSC und Transaktionsanalyse.

VERFÜGBAR FÜR

- Meisterklasse
- Redetätigkeit

KIT UND HOLLYS SPRECHENDE THEMEN

- Emotionale Intelligenz
- Organisationskultur
- Spitzenleistung

SPRACHEN: Englisch

- Holly Sedlacek: Über 14 Jahre Erfahrung in den Bereichen Lernen und Talententwicklung in den Bereichen Beratung, Versicherungen und Vermögensverwaltung vor der Gründung von Know Your Pace.
- Mitbegründer von Know Your Pace, einer in London ansässigen Leadership-Coaching-Praxis, die mit Führungskräften aus Sport und Wirtschaft zusammenarbeitet.

Biografie

Elite-Fußballmannschaften entstehen nicht allein durch Talent. Sie entstehen dadurch, wie eine Gruppe mit der Woche nach einem schlechten Ergebnis umgeht, mit dem Spieler, der seine Form verliert, und mit den Gesprächen in der Umkleidekabine, die niemand führen möchte. Das ist genau das Terrain, in dem Führungsteams agieren, und genau dort arbeiten Kit Symons und Holly Sedlacek.

Symons war mehr als zwei Jahrzehnte im Profifußball tätig, mit über 300 Ligaspielen für Portsmouth, Manchester City und Fulham sowie 36 Länderspielen für Wales. Anschließend trainierte er Fulham und war neben Chris Coleman Trainer der walisischen Nationalmannschaft. Er spricht aus der Umkleidekabine.

Sedlacek bringt die Disziplin mit, die die Erkenntnisse aus dem Sport auf andere Bereiche übertragbar macht. Sie hat einen Master in Arbeits- und Organisationspsychologie, eine ICF-Coaching-Zertifizierung sowie Zertifizierungen in Hogan, EQi 2.0, DiSC und Transaktionsanalyse. Bevor sie Know Your Pace gründete, war sie 14 Jahre lang in der Talent- und Führungskräfteentwicklung in den Bereichen Beratung, Versicherungen und Vermögensverwaltung tätig.

Gemeinsam arbeiten sie mit Führungsteams an den Aspekten der Leistung, die selten in einem Organigramm zu finden sind: Zugehörigkeit, Selbstzweifel, emotionale Bandbreite, das Verhalten nach einem Fehler. Das Format ist bewusst zweistimmig angelegt – ein Praktiker und eine Psychologin im selben Raum – und genau diese Struktur ermöglicht es, dass eine Sitzung über Anekdoten hinausgeht und zu einer Verhaltensänderung führt.

Wichtige Vortragsthemen

- Resiliente Führung in schwierigen Zeiten
- Leistungsstarke Teams
- Kultur der Zugehörigkeit
- Emotionale Kompetenz in der Führung
- Authentische Verbundenheit und Vertrauen
- Selbstzweifel und Impostor-Syndrom in Führungspositionen
- Aus Fehlern und Misserfolgen lernen
- Der emotionale Prozess bei beruflichen und organisatorischen Veränderungen

Ideal für

- Führungsteams und Offsite-Meetings der Geschäftsleitung
- CHROs und Führungskräfte, die in die Führungskräfteentwicklung investieren
- Manager von Teams mit hohem Einsatz und starker Beobachtung
- Sport- und Leistungsorganisationen, die sich mit Führung und Kultur befassen

Lernergebnisse

- Ein klareres Verständnis dafür, wie sich das Verhalten von Einzelpersonen und Teams unter Druck verändert und wie man damit umgehen kann.
- Praktische Begriffe für die emotionale Arbeit der Führung: Vertrauen, Zugehörigkeit, Scheitern, Wandel.
- Ein gemeinsamer Bezugspunkt für Führungsteams, um Leistung zu diskutieren, ohne auf Sportklischees oder Wellness-Floskeln zurückzugreifen.
- Werkzeuge aus anerkannten psychometrischen Modellen (Hogan, EQi 2.0, DiSC), die sich in bestehende Führungskräfteprogramme einfügen.

Kit Symons & Holly Sedlacek's 2026 Gespräche & Themen

Eine Kultur der Zugehörigkeit schaffen

Wie Führungskräfte Teams aufbauen, in denen die Mitarbeiter sich voll einbringen, anstatt nur eine Rolle zu erfüllen.

Die wichtigsten Erkenntnisse:

- Wie sich Zugehörigkeit in einem leistungsstarken Team konkret im Verhalten äußert
- Wo Führungskräfte ungewollt Ausgrenzung signalisieren
- Praktische Maßnahmen, die den Ton in einem Team schnell verändern

Resiliente Führung in schwierigen Zeiten

Führen, wenn Ergebnisse, Ruf oder Plan A nicht mehr da sind.

Die wichtigsten Erkenntnisse:

- Der Unterschied zwischen Resilienz und Ausdauer
- Wie der Spitzensport mit schlechten Wochen umgeht und was sich daraus für die Wirtschaft ableiten lässt
- Erholungsgewohnheiten, die die Entscheidungsqualität aufrechterhalten

Mit Selbstzweifeln und dem Hochstapler-Syndrom umgehen

Ein offenes Gespräch über Zweifel in Führungspositionen, wo sie auftreten und wie Führungskräfte damit umgehen.

Die wichtigsten Erkenntnisse:

- Warum sich das Gefühl, ein Hochstapler zu sein, mit zunehmender Führungserfahrung oft

verstärkt

- Muster, die Führungskräfte blockieren
- Sprache und Praktiken, die den Einfluss dieser Gefühle mindern, ohne sie zu leugnen

Leistungsstarke Teams aufbauen

Was unterscheidet ein kompetentes Team von einem, das immer wieder die Erwartungen übertrifft?

Die wichtigsten Erkenntnisse:

- Die Verhaltensweisen, die sich in Elite-Teams verstärken
- Wie Vertrauen im wöchentlichen Arbeitsrhythmus aufgebaut und zerstört wird
- Führungsverhalten, das die Obergrenze für die Teamleistung festlegt

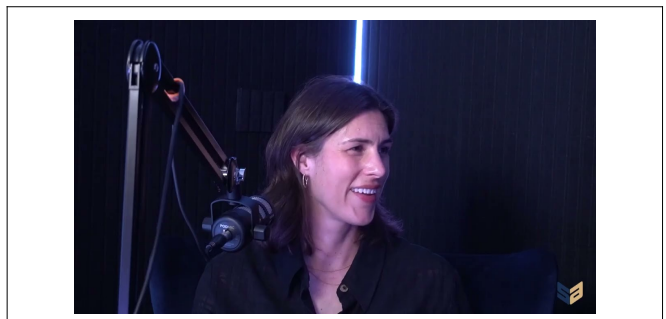
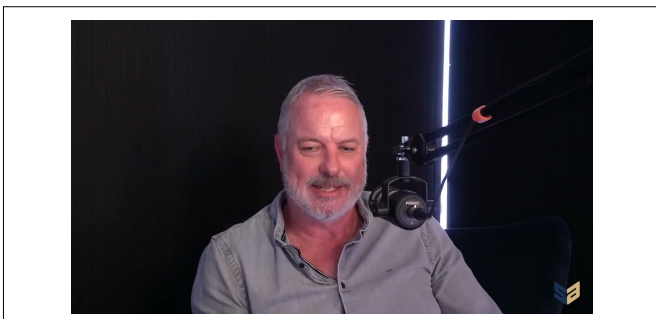
Der emotionale Prozess von Veränderungen

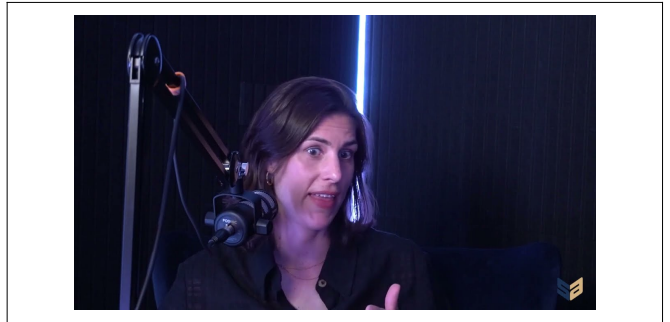
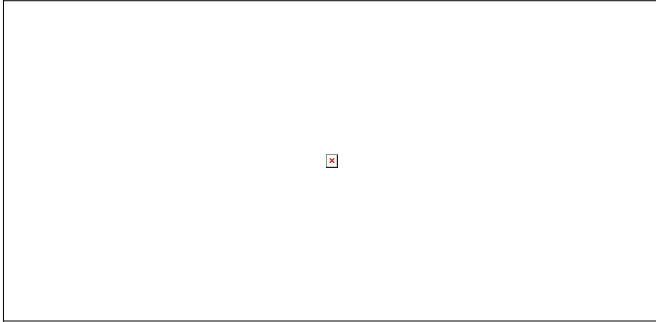
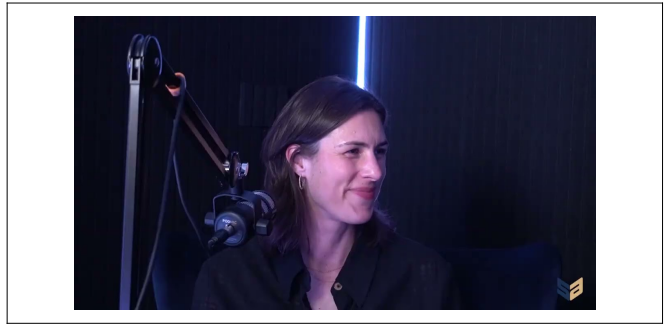
Andere und sich selbst durch Rollenwechsel, Umstrukturierungen und berufliche Neuorientierungen begleiten.

Die wichtigsten Erkenntnisse:

- Die vorhersehbaren emotionalen Phasen einer Veränderung
- Wie Führungskräfte den Prozess beschleunigen oder verzögern
- Was man sagen kann, wenn es nichts Passendes zu sagen gibt

Kit Symons & Holly Sedlacek's Videos





Was die Kunden von Kit Symons & Holly Sedlacek sagen

Vielen Dank für diese großartige, fesselnde und aufschlussreiche Analyse zum Thema Selbstvertrauen und Impostor-Syndrom. Wie Sie gesehen haben, war die Veranstaltung sehr gut besucht, was zeigt, dass das Thema bei den Teilnehmern großen Anklang gefunden hat. Zweifellos haben sie Ihr Fachwissen als äußerst nützlich empfunden.

Lisa Bartley
Direktor, Deloitte

„Know Your Pace“ bot eine aufschlussreiche und spannende Veranstaltung. Kit und Holly vermittelten uns einen echten Einblick in den Aufbau leistungsstarker, emotional intelligenter Teams. Praktisch, klar und äußerst effektiv.

Allan Dunne

Profifußballer und Trainer, Millwall

Kit und Holly verbinden Erkenntnisse aus dem Spitzensport, der Psychologie und dem Coaching, um dynamische, bodenständige Seminare voller praktischer Führungsstrategien anzubieten. Ihr Stil ist authentisch, regt zum Nachdenken an und ist zutiefst menschlich – darauf ausgerichtet, unter echtem Druck echte Leistungsfähigkeit freizusetzen.

Mhorag Dhoig

Leiterin der Alumni-Karriereberatung | Karrierezentrum, London Business School