



Kompaktseminar ‚gesundheitsorientierte Führung‘ - andere gesund führen – selber gesund bleiben

Leistungsfähige, gesunde Führungskräfte und Mitarbeiter sind die Basis für Zukunftsfähigkeit und Erfolg. Lernen Sie hilfreiche Handlungsoptionen kennen, die es ermöglichen, langfristig gesund und souverän zu bleiben!

Als Führungskraft haben Sie dabei durch die Gestaltung der Arbeitsaufgaben und der Beziehung zu Ihren Mitarbeitern eine zentrale Rolle. Durch Anpassung des individuellen Führungsstils kann es gelingen, Mitarbeiter selbst in arbeitsintensiven Phasen zu entlasten und Fehlzeiten zu reduzieren!

Inhalte

- ✓ Relevante Trends in der Gesundheitsentwicklung
- ✓ Zusammenhang von Gesundheit, Leistung, Krankenstand, Führungsverhalten
- ✓ Mechanismen von Stress und Belastung verstehen und vermeiden
- ✓ Eigenen Antreibern und Stressoren auf die Spur kommen;
- ✓ Wahrnehmung von Belastungssignalen schulen

- ✓ Einfluss der Führung auf die Gesundheit von Führungskraft und Team
- ✓ Was macht krank, was hält gesund und wie kann ich steuernd eingreifen?
- ✓ Gesund durch gute Führung – wirksame Ansätze und Handlungsoptionen
- ✓ Reflexion, Erfahrungsaustausch und Expertendialog.

Zielsetzung / Nutzen

Als Teilnehmender wird Ihnen der enge Zusammenhang zwischen Führungsstil und Mitarbeitergesundheit bewusst. Sie erkennen, wie individuelles Führungsverhalten auf die Gesundheit und die Leistungsfähigkeit der Mitarbeitenden einwirkt, erfahren wie Stress und Belastung überhaupt entstehen, erkennen Warnsignale für Überlastung und erhalten Hinweise, wie Sie positiv steuernd in diesen Prozess eingreifen können.

Das Training bietet Gelegenheit, die gesundheitsförderliche Wirkung des eigenen Verhaltens zu reflektieren. Im Expertendialog ermitteln Sie individuelle Handlungsoptionen zum gesundheitsförderlichen Umgang mit Ihren Mitarbeitenden und sich selbst.

Zielgruppe

Führungskräfte, Führungsnachwuchskräfte, Spezialisten ohne konkrete Führungsverantwortung, die sich zukünftig verstärkt Führungsaufgaben widmen sollen, Personaler, Betriebsräte

Trainer:

Anja
Leuchtmann

Dauer:

1 Tag

Gruppe:

6-15 TN

Setting:

Training /
Workshop

Methoden:

Trainerinput,
Reflexionen,
Expertendialog,
Handlungshilfen

Investition:

gemäß
individuellem
Zuschnitt
zzgl. USt.

Seite 1

„Wenn ich einen Wunsch frei hätte,
würde ich mir nicht Reichtum und Macht wünschen,
sondern ein leidenschaftliches Gespür für Potenzial-
ein Auge, das die Möglichkeiten sieht.“ Søren Aabye Kierkegaard