

**Montag, 19.06.**

09.30 Uhr

## **Gesund führen: So halten Sie sich und Ihr Team fit**

### Training für Führungskräfte

Leistungsfähige und gesunde Mitarbeitende sind die Basis für ein zukunftsfähiges und innovatives Unternehmen. Die Teilnehmenden lernen in diesem Seminar den Zusammenhang zwischen Führung und Motivation, der Leistungsfähigkeit sowie dem körperlichen und seelischen Wohlbefinden der Mitarbeitenden kennen. Sie reflektieren ihr eigenes Führungsverhalten und ihre Vorbildfunktion und erfassen im intensiven Erfahrungsaustausch Möglichkeiten und Grenzen der Einflussnahme. Die Teilnehmenden erkennen, dass ihr Führungsstil sowie die Führungskultur eines Betriebes an erster Stelle ausschlaggebend für die Gesundheit der Mitarbeitenden ist und salutogene Führung die Motivation des Teams nachhaltig stärkt.

Ziele:

- Lernen, in welcher Weise Führungskräfte die Gesundheit der Mitarbeitenden und ihre eigene beeinflussen können
- Wirkzusammenhänge zwischen Führungsverhalten und Mitarbeitergesundheit kennenlernen
- Bewusstwerdung eigener Stressfaktoren und -mechanismen wie auch Ansätze damit umzugehen
- Gesundheitsfördernde Mitarbeiterführung
- Gesprächsführung und Einbeziehung, Feedback und Anerkennung authentisch praktizieren
- Überlastungssymptome erkennen
- Gespräche mit belastenden Mitarbeiter\*innen führen
- Psychische Belastung am Arbeitsplatz erkennen
- Resilienzfaktoren in die Arbeit integrieren

### **Seminarleitung**

**Heike Schaumburg**

Diplom-Sonderpädagogin, Trainerin, Coach

### **Alle Termine zu diesem Thema**

19.6.2023 09:30 Uhr - 20.6.2023 17:00 Uhr

### **Dauer**

16 Unterrichtseinheiten

### **Kosten**

Regulär 544,- Euro, Mitglieder 476,- Euro

### **Ort**

Den Durchführungsort veröffentlichen wir ca. 2 Wochen vor der Veranstaltung.