

GESUND FÜHREN – SICH UND ANDERE



Die massiven Veränderungen in der Arbeitswelt werden von Beschäftigten meist als nachteilig und belastend empfunden. Stressbedingte Krankheiten nehmen ständig zu und verursachen Unternehmen hohe Kosten und Produktivitätseinbußen. Vor diesem Hintergrund wird Gesundheitsförderung im Betrieb immer bedeutender, denn nur gesunde Mitarbeiter sind motiviert und leistungsfähig.

Eine gesunde Führung unterstützt dabei, Mitarbeiter zu Leistung zu motivieren und vor Stress und Erschöpfung zu schützen. Studien belegen, dass der direkte Vorgesetzte häufig einen wichtigen Faktor ist für die Gesundheit seiner Mitarbeiter. Dieses Seminar befähigt Führungskräfte sich und ihre Mitarbeitenden auf gesundheitsförderlicher Art zu führen.



ALS TEILNEHMER DIESES SEMINARS ...

- erkennen Sie die Wichtigkeit einer gesundheitsförderlichen Führung für Produktivität und Unternehmenserfolg;
- gewinnen Sie Klarheit über Ihren Einfluss auf die Leistungsfähigkeit und Motivation Ihrer Mitarbeiter;
- erhalten konkrete, flexibel einsetzbare Tools für einen gesunden Führungsalltag;
- erweitern Ihre Führungskompetenz in Punkto Gesundheit, Motivation und Leistungsfähigkeit;
- lernen Sie, Überlastung bei Mitarbeitern zu erkennen und sicher anzusprechen.

INHALTE

- Gesundheit als zunehmend entscheidender Wettbewerbsfaktor
- Gesundheit als Basiskompetenz für Arbeitsfähigkeit & Motivation
- Einfluss von Führungsverhalten auf Mitarbeitergesundheit -Studien
- 7 Dimensionen einer gesunden Führung: Selbstfürsorge der Führungskraft, Wertschätzung, Interesse, Kommunikation, Transparenz, Betriebsklima, Stressmanagement durch Belastungsabbau/Ressourcenaufbau
- 5 Sprachen der Wertschätzung
- Überlastung bei Mitarbeitenden erkennen und sicher ansprechen
- Leitfaden für gesunde Gespräche

METHODEN

Eine abwechslungsreiche Mischung aus Theorie und Praxis garantiert fördernde und nachhaltige Lernprozesse

- Impulsvorträge
- Einzel- und Gruppenarbeiten
- Moderierter Erfahrungsaustausch
- Bewegungs- oder Entspannungsübungen zur Auflockerung
- Selbstvertrag – was mache ich anders?

DAUER

M 2-tägiges Seminar

Auch erhältlich als:

S Impulsvorträge/Workshops 18-180"

L Modulares Konzept (Vorabbriefing– Workshop Tag – individuelles Coaching)

Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gerne:
info@gesundepformance.de