

Führungskräfteseminar Führung & Gesundheit 3-Tages-Seminar / 3 - 5 Teilnehmer



Dieses Seminar richtet sich an Geschäftsführer, Führungskräfte und Teamleiter, die

- ✓ ihre eigenen Stressbelastungen- und Auswirkungen erkennen und vermeiden möchten.
- ✓ ihre Mitarbeiter gesund führen wollen.
- ✓ erfahren möchten, wie Führungsverhalten sich als Stressor auf Mitarbeiter auswirken kann.
- ✓ neue Anregungen und Ideen für die eigene Gesundheitsförderung und die ihrer Mitarbeiter suchen.

Führungsaufgabe - Stressvermeidung

Als Führungskraft haben Sie erheblichen Einfluss auf die Stressoren und Ressourcen in Ihrem Arbeitsteam. Sie haben es in der Hand mit Ihrem Führungsverhalten dafür zu sorgen, dass aus Anforderungen an Ihre Mitarbeiter keine Überforderungen werden. Dies stellt auch für Sie selbst eine große Aufgabe dar. Das Befinden jedes einzelnen Mitarbeiters bewusst wahrzunehmen und sich intensiv um sein Team zu kümmern, kostet jede Menge Kraft und Energie.

Stärken Sie Ihr Team und sich selbst mit erfolgreichem Gesundheitsmanagement

Im Seminar Führung & Gesundheit lernen Sie erfolgreiche Maßnahmen zur gesunden Führung Ihres Teams. Sie erfahren, wie Sie aus Ihrer Vorbildfunktion als Führungskraft mit einem gesunden Führungsstil ein förderndes und motivierendes Arbeitsklima schaffen, in dem negativer Stress von vornherein vermieden wird.

Gesund führen: Stressmanagement & Burnout-Prävention

Sie erfahren, wie Sie Anzeichen von Stress und psychischer Überlastung bei sich selbst und ihren Mitarbeitern frühzeitig erkennen und wie Sie darauf reagieren können. Wir üben gesundheitsfördernde Verhaltensweisen an vielen Praxisbeispielen, damit Sie und Ihre Mitarbeiter sich zukünftig vor Stressfaktoren und krankheitsförderndem Verhalten schützen können und Burnout-Situationen vermeiden lernen. Sie reduzieren Ihren Krankenstand und erhöhen gleichzeitig Motivation und Produktivität Ihrer Mitarbeiter.

Mit gesundem Führungsstil Ihr Team fördern

Wir stärken Sie in ihrer gesundheits- und leistungsorientierten Kommunikationskultur und vermitteln Ihnen relevantes Wissen zum Thema Gesundheit und Führung. Wir zeigen Ihnen, wie Sie durch eine gesunde Arbeitskultur Ihre Mitarbeiter bestmöglich motivieren und dadurch ein erfolgreiches leistungsstarkes Team entwickeln können.

INHALTE - DAS LERNEN SIE IN DIESEM FÜHRUNGSKRÄFTETRAINING!

- Aspekte von Gesundheit
- Auswirkungen von Führungsverhalten
- Self-Care
- Stress erkennen
- Erste Stressbewältigungsansätze
- 6 Dimensionen gesunder Führung

METHODEN – SO HABEN SIE LANGFRISTIG ERFOLG!

- Fallvignetten
- Selbstanalyse aus der eigenen Praxis
- Empfängergerechte Kommunikation / Schulz von Thun
- Resilienz und salutogene Führung
- Tools aus dem Selbstmanagement / Selbstcoaching
- Theorieinput und Praxisübungen

NUTZEN – DAS NEHMEN SIE FÜR IHRE BERUFLICHE PRAXIS MIT!

Am Ende dieses Seminars werden Sie wissen, wie Sie,

- was krankmachende Risikofaktoren und gesundheitsfördernde Schutzfaktoren sind.
- wie Sie Ihre und die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter schützen und fördern können.
- welchen Einfluss Ihr Führungsverhalten auf die Mitarbeitergesundheit hat.
- wie Sie ein gesundheitsförderndes Gespräch mit Ihren Mitarbeitern führen.

SEMINARINFORMATIONEN / PREISE

- Anzahl der Teilnehmer: 3-5
- Seminarzeitraum: 3 Tage,
- Seminarzeit: 09:00-16:30 Uhr
- Seminarpreis: **1.495,- €** zzgl. 19% MwSt. (1.779,05 € inkl. 19% MwSt.)
- Frühbucherpreis: **1.299,- €** zzgl. 19% MwSt. (1.545,81 € inkl. 19% MwSt.)
- Nur bei Zahlung bis 60 Tage vor Kursbeginn

In der Seminargebühr enthalten sind alle Seminarunterlagen und die Tagungspauschale (2 Kaffeepausen und Mittagessen pro Seminartag).