

Gesundes Führen

Dauer: 1 Tag

Gesundes Führen beinhaltet zum einen den wertschätzenden Umgang mit seinem Team und seinen Mitarbeitenden und zum anderen auch den wertschätzenden Umgang mit sich selbst. In diesem eintägigen Workshop liegt der Schwerpunkt im Bereich „Gesundes Führen der Mitarbeitenden“.

Seminarziele:

Die Teilnehmenden erkennen die Zusammenhänge zwischen Führung und Gesundheit. Die wichtigsten Studienergebnisse zu diesem Thema wurden Ihnen vorgestellt. Präventive und steuernde Maßnahmen im Kontext Führung und Gesundheit sind den Teilnehmenden bekannt und erste Anwendungsbeispiele werden gemeinsam erarbeitet.

Inhalte:

- Gesundes Führen – die Führungskraft als Arbeitsbedingung; FK können Gesundheit stärken aber auch einen Risikofaktor darstellen
- Prävention arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren
- Gestaltung salutogener Ressourcen
- Resilienz-fördernde Maßnahmen am Arbeitsplatz erkennen und anwenden
- Gesundheitsgerechte Mitarbeiterführung - Wie geht das?
- Das Burnout-Syndrom – erkennen und erste Maßnahmen

Zielgruppe:

Mitarbeiter und Führungskräfte aus allen Bereichen.