

Chefsache Gesundheit?! So erhalte ich die Leistungsfähigkeit meines Teams

KURZBESCHREIBUNG

Wie kann ich als Führungskraft Einfluss auf die psychische und physische Gesundheit meiner Mitarbeitenden nehmen? Sie sollten Ihre Teammitglieder ganzheitlich und im Zusammenspiel mit den zu erledigenden Aufgaben und dem Arbeitsumfeld sehen, vor allem aber auch auf Ihren Führungsstil achten. Um Ihre Vorbildfunktion wahrnehmen zu können, lernen Sie in dem Seminar, wie Sie auf sich selbst achten, um langfristig leistungsfähig zu bleiben. Sie erfahren, wie Sie dieses Wissen an Ihre Mitarbeitenden weitergeben, Gesundheitsverhalten verbessern und dabei eine Unternehmenskultur fördern können, die sich an den Mitarbeitenden orientiert.

IHR NUTZEN

Sie führen erfolgreich trotz Widrigkeiten und Stress.

Sie erkennen physische und psychische Belastungen und können damit umgehen.

Durch bewusste Selbstführung erhalten Sie die eigene Gesundheit und erhöhen die eigene Resilienz.

SCHWERPUNKT

Zentral ist die Frage: Wie können Führungskräfte bei den vielfältigen Anforderungen "gesund führen" und dabei "selbst gesund bleiben".

ZIELGRUPPE

Führungskräfte mit Personalverantwortung, Leitungsverantwortliche von Teams und Projekten aller Ebenen

THEMEN

Gesundheitsfördernde Maßnahmen und das kennenlernen dieser

Mit vorgegebenen Rahmenbedingungen umgehen

Die Führungskraft als Vorbild und Multiplikator

Bedürfnisse und Motivatoren der Mitarbeitenden kennen

Anzeichen psychischer und physischer Belastung erkennen

Vorhandene Ressourcen nutzen - Stärken fördern

Sensible Gespräche mit Mitarbeitenden führen

LEHRMETHODEN

Theorie-Input, Erfahrungsübungen, Selbstanalyse, moderierter Erfahrungsaustausch, Rollenspiel und Feedback, Einzel- und Gruppenarbeit

VORAUSSETZUNGEN

Erste Führungserfahrung

TERMINE

18.11.2024 (10:00 Uhr) bis

19.11.2024 (16:00 Uhr)

Präsenz | Nürnberg

ARD.ZDF medienakademie (BR-Gelände)

Preis: 1.140,- € p.P.

Seminarleitung: Sabine Debusmann

INHALTLICH VERANTWORTLICH

Monika Gerber

E-Mail: [m.gerber@ard-zdf-](mailto:m.gerber@ard-zdf-medienakademie.de)

[medienakademie.de](mailto:m.gerber@ard-zdf-medienakademie.de)

Telefon: +49 911 9619-495

KUNDENSERVICE

Ute Sperling

E-Mail: [kundenservice@ard-zdf-](mailto:kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de)

[medienakademie.de](mailto:kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de)

Telefon: +49 911 9619-367

SEMINARNUMMER

48 202