

Gesundes Führen - Verantwortung für sich selbst und seine Mitarbeitenden

Als Führungskraft mit Personalverantwortung möchten Sie nicht nur sich selbst, sondern auch Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gesund führen. Der Dreh- und Angelpunkt für ein erfolgreiches Arbeiten ist immer auch die Gesundheit. Und um sich selbst und andere gesund zu führen und die damit verbundenen Aufgaben mit Spaß und Erfolg umzusetzen, ist eine Sensibilisierung und Vertiefung zum Thema Gesundheit immer wieder wichtig, insbesondere auch im Hinblick auf Eigen- und Fremdmotivation. Gesundes Führen meint demnach mehr, als Mitarbeitende zum Sport oder zur gesunden Ernährung zu bewegen, sondern auch ein (ver)föhren zu den alltäglichen Dingen, die Gesundheit stärken, wie z.B. der Umgang miteinander.

Sie entwickeln Ihre fachlich-inhaltlichen Kompetenzen und Ihre methodischen Strategien zum Thema Gesundheit weiter, um Ihre eigene Gesundheit und die Ihrer Mitarbeitenden zu erhalten, zu fördern und das mit Erfolg und mit Freude an Gesundheit!

Inhalte:

- Die Gesundheit
 - Aktuelles Wissen zum Thema Gesundheit
- Die Führungskraft selbst
 - Die innere Haltung – Werte und Einstellungen
 - Selbstmotivation – Werkzeuge und Stolpersteine
 - Umgang mit Druck und Belastung
- Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
 - wertschätzende Kommunikation
 - Fremdmotivation – Möglichkeiten und Grenzen
 - Erkennen von psychischen Erkrankungen und Umgang damit
- Prinzipien der gesunden Führung
 - Wie Sie Einfluss auf die Gesundheit Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nehmen und deren Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit steigern

Methoden

Freuen Sie sich auf ein „gesundes Seminar“ mit spannenden Inputs, viel Austausch, kleinen Übungen und persönlicher Reflexion und vor allem ein Mehr an Motivation für Ihre Gesundheit und die Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Zielgruppe

Alle Führungskräfte, die langfristig leistungsfähig bleiben und die Gesundheit ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter fördern wollen.

Gerne führen wir das Seminar in Ihrem Unternehmen als Präsenz oder Online-Training durch. Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.

Hinweis zu Cookies

Unsere Webseite verwendet Cookies. Diese haben zwei Funktionen: Zum einen sind sie erforderlich für die grundlegende Funktionalität unserer Website. Zum anderen können wir mit Hilfe der Cookies unsere Inhalte für Sie immer weiter verbessern. Hierzu werden pseudonymisierte Daten von Website-Besuchern gesammelt und ausgewertet. Das Einverständnis in die Verwendung der Cookies können Sie jederzeit widerrufen. Weitere Informationen zu Cookies auf dieser Website finden Sie in unserer [Datenschutzerklärung](#) und zu uns im [Impressum](#).

Einstellungen

[Erforderlich](#)

Zustimmung

Diese Cookies werden für eine reibungslose Funktion unserer Website benötigt.

Name	Zweck	Ablauf	Typ	Anbieter
CookieConsent	Speichert Ihre Einwilligung zur Verwendung von Cookies.	1 Jahr	HTML	Website

[Google Analytics](#)

Zustimmung

group.mygroup.desc

Name	Zweck	Ablauf	Typ	Anbieter
_ga	Wird verwendet, um Benutzer zu unterscheiden.	2 Jahre	HTML	Google
_gat	Wird zum Drosseln der Anfragerate verwendet.	1 Tag	HTML	Google
_gid	Wird verwendet, um Benutzer zu unterscheiden.	1 Tag	HTML	Google
_ga__container-id-	Speichert den aktuellen Sessionstatus.	2 Jahre	HTML	Google
_gac__property-id-	Enthält Informationen zu Kampagnen für den Benutzer. Wenn Sie Ihr Google Analytics- und Ihr Google Ads Konto verknüpft haben, werden Elemente zur Effizienzmessung dieses Cookie lesen, sofern Sie dies nicht deaktivieren.	3 Monate	HTML	Google

Alle Cookies
ablehnen

Alle Cookies akzeptieren