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)führen 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.