



## GESUND FÜHREN – FÜHRUNGSKRAFT ODER NUR VORGESETZTER ?

(GESUNDE FÜHRUNGSKOMPETENZ / 2 TAGE)

Was sind die Merkmale einer erfolgreichen Führungskraft? Gemeinsam mit dem Team die gesetzten Ziele zu erreichen? Sicherlich ist dies eines der Kernmerkmale – die bedeutende Frage ist, wie dies heutzutage erreicht werden kann.

Die rasante Zunahme stressbedingter Erkrankungen macht deutlich, wie wichtig heute und künftig eine gesunde Führungskultur ist: Führungskräfte beeinflussen durch ihr Verhalten massgeblich die Motivation und Arbeitszufriedenheit und damit letztlich auch die Gesundheit und Leistungsstärke ihrer Mitarbeiter.

Wichtige Faktoren sind in diesem Zusammenhang ihr Kommunikationsstil und grundlegend ihr persönlicher Umgang mit Stress und der eigenen Gesundheit, Stichwort Vorbildfunktion...

Denn: Nur wer sich selbst gut und gesund führt, kann andere wertschätzend und gesund führen!

### Inhalte

Auf Basis theoretischer Hintergründe und praktischer Beispiele professionalisieren Sie Ihr Wissen rund um das Thema gesunde Führung:

- Wie führen Sie sich selbst gut und gesund, d.h. wie stärken Sie Ihre Stressresistenz und Resilienz?
- Was sind die Kernelemente der wertschätzenden Kommunikation?
- Wie delegieren Sie erfolgreich?
- Woran erkennen Sie belastete Mitarbeiter?
- Wie und mit wem führen Sie Gespräche mit belasteten Mitarbeitern?

Abgerundet werden die 2 Tage durch intensive und praxisnahe Übungen, durch deren Denkanstöße Sie wertvolle Möglichkeiten zur Selbstreflexion erhalten und einen hohen Grad der Selbsterkenntnis gewinnen. So werden Theorie und Praxis während der Trainingstage verzahnt und wirkungsvoll verankert.

### Ihr Nutzen

- Sie erfahren, wie Sie sich selbst erfolgreich führen – gesund!
- Sie optimieren Ihre gesunde Mitarbeiterführung – überzeugend!
- Sie erfahren, wie Sie Gespräche mit belasteten Mitarbeitern führen – konstruktiv!
- Sie steigern Ihre persönliche Gesundheit und Leistungsstärke und die Ihrer Mitarbeiter – nachhaltig!

### Methoden

Praxisorientierte Wissensvermittlung, interaktive Erarbeitung der Inhalte, Einzel- und Gruppenarbeiten, moderierter Erfahrungsaustausch

### Teilnehmerkreis

Führungskräfte und Führungsnachwuchskräfte, max. 12 Teilnehmer

### Termin / Ort

2020 / 04 / 16-17 / Düsseldorf

Auf Anfrage auch als Inhouse-Veranstaltung buchbar!

### Teilnahmegebühr

€ 999,- inklusive MwSt.

Die Teilnahmegebühr versteht sich inklusive Handout und leckerer Tagungsverpflegung.

( Sonderkonditionen: 30% Rabatt für Privatkunden, 10% Rabatt für Gruppen ab 3 Personen )

### HOME of ENERGY

Christina Borschel  
Elisabethstraße 11  
D-40217 Düsseldorf  
www.home-of-energy.com

+49 177 215 5335  
+49 211 942 14 367  
cb@home-of-energy.com

Stressmanagement. Burnout-Prävention. Aus der Praxis für die Praxis. - Ihre Balance. Ihre Gelassenheit. Ihre Energie.