

Führungskompetenzen: Beispielhafte Trainingsinhalte

Gesund führen

Wie Sie sich selbst als Führungskraft und Ihre Mitarbeiter gesundheitsorientiert führen

Wie führe ich gesund?

Gesundes Führen heißt dafür sorgen, dass sich alle, die Führungskraft inbegriffen – am Arbeitsplatz wohler fühlen; primärer Ansatz ist das zwischenmenschliche Wohlbefinden.

Wie „Gesundes Führen“ im Berufsalltag aussehen kann, darüber informiert Sie dieses Seminar.

Zielgruppe

Menschen die Menschen führen

Inhalt

- ▶ Die Führungskraft und Ihre Gesundheit
- ▶ Die Führungskraft und die Gesundheit der Mitarbeiter

Seminarziele

- ▶ Die Führungskraft kennt Ihre Ressourcen und Stärken
- ▶ Die Führungskraft kennt Ihre Stressoren
- ▶ Die Führungskraft kennt Ihre stärkenden Lebensbereiche und Ihre Lernfelder
- ▶ Die Führungskraft kennt Handlungsstrategien zur Stressbewältigung
- ▶ Die Führungskraft kennt die Zusammenhänge der eigenen Führung auf die Gesundheit der Mitarbeiter
- ▶ Die Führungskraft kennt die Ebenen der gesundheitsbewussten Führung