



Gesunde Führungskräfte – Starke Teams!

Führung in modernen Unternehmensstrukturen ist anspruchsvoll. Sich rasch verändernde Bedingungen erfordern eine permanente Anpassung der Führungsarbeit. So werden Führungskräfte selbst zu wesentlichen Adressaten von Gesundheit und Resilienz. Wir machen Führungskräfte zu Experten der eigenen Gesundheit; denn nur eine gesunde Führungskraft kann ein Team erfolgreich führen.

Inhalt

Ein solider Einstieg speziell für Führungskräfte. In stark interaktiv gestalteten Elementen lernen, erarbeiten und üben die Teilnehmer die Grundlagen eigener Gesundheit und Resilienz.

Dazu gehören die Beachtung des eigenen Belastungsgrades, proaktives Stressmanagement und die Quellen der eigenen Stabilität. Methoden, aus untauglichen ‚Hamsterrädern‘ auszusteigen und vernünftige Vorsätze erfolgreich in den Alltag zu übertragen und beizubehalten gehören genauso dazu, wie die Kenntnis der Bedeutung der eigenen Gesundheit und Resilienz für sich selbst und für das Team.

Ziele

- Die Teilnehmer kennen die Bedeutung von Gesundheit und Resilienz für sich selbst und das Team
- Sie kennen die typischen Herausforderungen der Führungsarbeit im Kontext Gesundheit und Resilienz und gehen damit erfolgreich um
- Sie wissen um die Erfolgsfaktoren eigener Leistungsfähigkeit und Widerstandskraft
- Sie erkennen Leistungsfähigkeit als Quelle persönlichen Wachstums und Wohlbefindens
- Sie kennen ihre Möglichkeiten, Stärken und Ressourcen, um proaktiv dauerhafte Überlastung zu vermeiden
- Sie entwickeln persönliche Veränderungsvorsätze und setzen diese erfolgreich um

SEMINAR

- Dauer 4 Stunden
- Firmenintern
- Durchführung:
Diplom-Psychologen
Projektmanager
- Bis 15 Teilnehmer

BERATUNG

☎ 08631/36665-95

✉ kontakt@liebert-ub.de



Zielgruppe

Das Training richtet sich an Personen mit Führungsverantwortung wie Teamleiter, Abteilungsleiter, Meister, Projektleiter usw. Mitarbeiter aus Personalabteilung, Personal- oder Betriebsrat oder vergleichbaren Funktionen profitieren ebenfalls.

LIEBERT Unternehmensberatung GmbH & Co. KG
Weidenstr. 5
84570 Polling
08631 36 665-95
kontakt@liebert-ub.de
www.liebert-unternehmensberatung.de