



MANAGEMENT[®]
Akademie



Gesund führen! Die Arbeitgeberattraktivität erhöhen

Seminar Workshop für Führungskräfte

EINFACH GUT SEIN.
JEDER KANN ES.

Zielgruppen:
Führungskräfte

Auf einen Blick

Ihr Führungskonzept und Ihr Führungsverhalten beeinflussen direkt und indirekt die Gesundheit und Leistungsfähigkeit Ihres Teams.

Als Führungskräfte lernen Sie in diesem Seminar Workshop die Zusammenhänge von Leistung, Stress und Ressourcen kennen. Sie sind in der Lage Anzeichen von psychischen Grenzsituationen und Überlastungen bei sich und Ihren Mitarbeitern zu erkennen und Gegenmaßnahmen einzuleiten.

Mit dem Konzept „Das gesunde Führungssystem“ können Sie zukünftig gesund erhaltene Effekte in Ihrem Führungsalltag und Führungsverhalten verankern.

Im Fokus stehen insbesondere die Stressoren und Energieräuber, durch deren Milderung und Bändigung erhebliche persönliche Energiereserven gespart werden.

Ihre Zufriedenheit und Ihr Energie Akku sollten auch abends noch auf „grün“ stehen.

Und die Ihrer Mitarbeiter auch.

Ziele und Benefits des Workshops

- Sie lernen das Konzept „Das gesunde Führungssystem“ kennen
- Sie erfahren, wie Sie und Ihre Mitarbeiter zukünftig nicht weniger leisten, aber gesünder und zufriedener arbeiten
- Sie bekommen Tipps, wie Sie Ressourcen als „Kraftquellen“ gegen Stress nutzen können
- Sie erhalten Tools, um psychisch belastende Stress Situationen in Ihrer Abteilung zu vermeiden

Methoden

Key Notes und Vortragsinputs vom Trainer. Fall- und Praxisbeispiele. Analysen, Reflexionen, Bewertungen, Lösungen. Gruppenübungen und Trainer Feedback



Vormittags

9.00 Uhr Begrüßung und gemeinsame Vorstellung

Die Führungsrolle – gesundes Selbstcoaching

Gesund führen fängt bei gesunder Selbstführung an – also bei Ihnen!

Mitarbeiter gesund erhaltend führen – so geht es

Wissenschaftliche Erkenntnisse aus der Stressforschung

Merkmale psycho-sozialer Stressfaktoren
Merkmale persönlicher Energieräuber
Merkmale systemisch-sachlicher Stressoren

Das Team Barometer

Ein Diagnose Tool zur Standortbestimmung
Systemische, prozessuale und menschliche Faktoren der
Mitarbeiterzufriedenheit und Leistungsmotivation

Nachmittags

Das „gesunde“ Führungssystem

Einblick in die 4 Handlungsfelder

Handlungsfeld 1: Passungen

Ressource „packbare“ Ziele und Aufgaben

Handlungsfeld 2: Mentale Kompetenz

Ressource „Probleme und Hürden sind willkommen“

Handlungsfeld 3: Teamkultur

Ressource „Gutes Teamklima“

Handlungsfeld 4: Selbststeuerung

Ressource „Selbststeuerung der Mitarbeiter“

17.00 Uhr Ende des Workshops





Seminar Veranstaltungsort

Berlin

UP MANAGEMENT Akademie

10117

Friedrichstraße 171



MANAGEMENT[®]
Akademie

IHR Erfolgstrainer

15 Jahre Führungskompetenz
Middle- und Topmanagement
Mittelstand und Konzern
Studierter Psychologe

10 Jahre Executive Coach
8 Jahre Management Trainer
Geschäftsführer der
UP MANAGEMENT Akademie®

Experte für Führungs- und
Kommunikationskompetenzen



Fortbildungen

General Management SGMI St.
Gallen
Leadership und Personalführung
Kommunikationstechniken
Change Management
Präsentationsdramaturgie
Konfliktmanagement
Strategieentwicklung
Projektmanagement
Brandmanagement

Gipfelstürmer Jahre

4 Jahre UNILEVER
8 Jahre Continental AG
3 Jahre Rodenstock



MANAGEMENT[®]
Akademie

BUCHUNG



ONLINE

Buchen Sie Ihr gewünschtes Seminar bequem online über unsere Website www.up-akademie.de



E-Mail

Teilen Sie uns Ihr Interesse an einem Seminar alternativ per e-mail mit. An torsten.meier@up-akademie.de



Telefon

Bei Rückfragen zu diesem Seminar oder dem Veranstaltungsort erreichen Sie uns telefonisch unter 030/ 276 96 566

KONTAKT

UP MANAGEMENT Akademie

Friedrichstraße 171

D – 10117 Berlin

Tel.: +49 (0) 30/ 276 96 566

www.up-akademie.de

service@up-akademie.de

Inhaber und Akademieleitung:

Torsten Meier

USt.-ID: DE232398971



MANAGEMENT[®]
Akademie