



Gesund führen








Ein Seminar für Führungskräfte, die für ihre eigene Gesundheit und die ihrer Mitarbeiter etwas tun wollen

Gesunde Mitarbeiter sind eine Grundvoraussetzung für erfolgreiche Unternehmen. Führungskräfte haben mit ihrem Führungsverhalten einen Einfluss auf die Gesundheit der Mitarbeiter.

In diesem Seminar werden Führungskräfte mit den Grundsätzen der Gesundheitsförderung und mit dem Umgang mit belasteten Mitarbeitern vertraut gemacht.

Sie werden dafür sensibilisiert, wie ihr Verhalten auf die Mitarbeiter wirkt und deren Wohlbefinden und Gesundheit beeinflusst. Gesundheitsförderliches Verhalten wird ausprobiert und trainiert.

Inhalte:

-  Definition von Gesundheit
-  Krankheiten und Kränkungen am Arbeitsplatz – Was macht Mitarbeiter krank?
-  Belastungssignale erkennen und ansprechen
-  Gesundheitsförderliche Kommunikation mit Mitarbeitern
-  Der Zusammenhang zwischen Gesundheit und Wohlbefinden
-  Wohlbefinden am Arbeitsplatz herstellen
-  Sich selbst und Mitarbeiter gesund führen

Methoden:

Kurze Theorieimpulse, dialogisches Inszenieren, Übungen, Rollenspiele, kollegiale Beratung

Trainerin:

Sigrun Göbel, Orginal