

Seminar & Workshop: Healthy Leadership

Zusammenfassung

- ✓ Zeitraum: 27.09.2023 - 29.09.2023
- ✓ Kursdauer: 3 Tage
- ✓ Sprache: Deutsch
- ✓ Standort: Berlin
- ✓ Abschluss: Teilnahmebescheinigung
- ✓ Lernformat: Präsenz
- ✓ Lehrende*r: Prof. Dr. Annette Mayer und Dr. Nicole Torjus
- ✓ Kosten: 1.400 €

Kursübersicht

Gesunde, motivierte und leistungsfähige Mitarbeitende sind auch vor dem Hintergrund des sich verschärfenden Fachkräftemangels die Basis für eine leistungsfähige und erfolgreiche Organisation. Die Forschung zeigt, dass ein wichtiger Faktor, der die Gesundheit der Mitarbeitenden stark beeinflusst, das Verhalten der Führungskräfte ist. Eine gesunde Selbst-Führung wird somit zur Grundlage, um erfolgreich Menschen und Teams zu inspirieren, zu unterstützen und zu einer erfolgreichen Zusammenarbeit zu begleiten.

Neben dem Motivieren des Teams, der Unterstützung ihrer Mitarbeitenden und der Förderung von eigenverantwortlichem Arbeiten sind zentrale Aspekte gesunder Führung Wertschätzung, Transparenz, Ressourcenaufbau, Belastungsabbau und die Vermittlung von Sicherheit.

Menschen zu motivieren, auf die gemeinsamen Aufgaben und Ziele auszurichten und dabei gleichzeitig die Leistungsfähigkeit und Gesundheit im Blick zu behalten, ist die große Herausforderung und eine wichtige Grundaufgabe jeder Führungskraft und Thema dieses Kurses.

Kursinhalt

- ✓ Ursachen und Entstehung von Stresserleben
- ✓ Umgang mit Druck und Belastung
- ✓ Stresssymptome und Stress auslösende Bedingungen bei sich selbst und bei Mitarbeitenden
- ✓ Energiemanagement im Selbsttest: Wie ist es um meinen persönlichen Energiehaushalt bestellt?
- ✓ Gesunde Führung und gesundes Arbeitsverhalten
- ✓ Zusammenspiel zwischen Zufriedenheit der Mitarbeitenden und der arbeitsbezogenen Leistung
- ✓ Eigene Ressourcen und die des Teams
- ✓ Verantwortung übernehmen für die gesunde Bewältigung der täglichen Anforderungen und Entwicklung eines persönlichen Handlungsplans

- ✓ Stärken- und ressourcenorientierte Kommunikation
- ✓ Handlungsmöglichkeiten und Grenzen als Führungskraft
- ✓ Einfluss von inneren und äußeren Erwartungen

Die Inhalte des Kurses werden in Form von Kurzvorträgen und interaktiven Gruppenarbeiten bearbeitet.

Termine

Vom 27.09.2023 bis 29.09.2023 finden Präsenztermine statt.

Buchung und Kontakt

Hier können Sie den Kurs buchen: <https://academy-tu.berlin/kurse/short-courses>

Bei Fragen ist das Team der TU Berlin Academy für Sie da: telefonisch +49 30 44 72 02 32 oder per Mail: info@academy-tu.berlin. Wir freuen uns auf Sie!