

Zugangsvoraussetzung:

Führungskräfte, die etwas für sich tun oder sich in diesem Bereich weiterbilden möchten.
Führungskräfte mit Interesse an persönlicher Weiterentwicklung.

Lerninhalte:

- Wissenschaftlicher Stand zur Wirkung von Führungsverhalten
- Salutogenetisches Gesundheitsmodell (nach Antonowski)
- Bewusstwerden persönlicher Gesundheitsressourcen
- Kommunikativer Teufelskreis und Ansätze zur Unterbrechung
- Individuelle Stressbewältigungskonzepte
- Wertschätzung – Bedeutung und Wirkung
- 5 Säulen der gesunden Führung (nach Matyssek): - Wertschätzendes Feedback, - Soziale Unterstützung, - Partizipation, - Interesse und Präsenz, - Transparente Kommunikation
- Praxiselemente
- Maßnahmen zur Brain-Flow-Aktivierung (geistige Frische)
- Diskussions- und Fragerunde

Dieses Seminar fokussiert sich auf zwei Ansätze:

1. Grundlage für gesundes Führen sind gesunde Führungskräfte!
2. Gesundheitsbewusstes Führen bedeutet primär psychosoziales Wohlbefinden der Mitarbeiter!

Im ersten Teil der Schulung konzentrieren sich die Inhalte auf den Ausbau Ihrer ganz persönlichen Gesundheitsressourcen sowie Stresskompetenzen. Im zweiten Schritt werden die 5 Säulen gesunder Führung erarbeitet und praktisch umgesetzt. Sie erhalten einen Überblick zu wirkungsvollen, gesundheitsstärkenden Führungsqualitäten und erlernen in konkreten Beispielsituationen ausgewählte Methoden.

Dozent/Dozenten: Dirk Hübel: Unternehmer und Führungskraft, Gründer der Health & Fitness Academy, Inhaber HFA
BGMplus, Privatdozent, Autor und Konzeptentwickler, Berater von Krankenkassen und Gesundheitsdienstleister

Ort: nach Vereinbarung

Termine: nach Vereinbarung 9:00 – 17:00 Uhr

Umfang: 9 Unterrichtseinheiten

Anmeldeschluss: 15.05.2019

Kosten: 350,00 EUR/Teilnehmer (inkl. Seminarunterlagen)

Ansprechpartner & Anmeldung im dbi:

Andrea Kolax · a.kolax@dbi-falk.de · 03691-810 200 · www.dbi-falk.de

