

## **Gesunde Führung: Wie Sie mit sensibler Führung Ihre eigene und die Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter langfristig erhalten...**

Führungskräfte haben auf unterschiedliche Weise Einfluss auf die Arbeitszufriedenheit, die Motivation sowie die Gesundheit ihrer Mitarbeiter und damit auf deren Fehlzeiten. Vertrauen in das Führungsverhalten fördert Wohlbefinden, reduziert Ängste und erleichtert das Einlassen auf Veränderungsprozesse. Mitarbeiterbefragungen in unterschiedlichen Branchen und Betriebsgrößen belegen diesen Zusammenhang eindrucksvoll.

*„Gutes Führungsverhalten und gute Arbeit von Vorgesetzten ist der einzige hoch signifikante Faktor, für den eine Verbesserung der Arbeitsfähigkeit zwischen dem 51. und 62. Lebensjahr nachgewiesen wurde.“ (Ilmarinen/Tempel, »Arbeitsfähigkeit 2010«, S. 245).*

### **Zielgruppe:**

Abteilungsleiter, stellvertretende Abteilungsleiter, Teamleiter

### **Ihr Nutzen:**

Sie erfahren, wie Sie selbst als Führungskraft langfristig leistungsfähig bleiben.  
Sie lernen die Prinzipien eines gesunden Führungsverhaltens kennen  
Sie erfahren, wie Sie Einfluss auf die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter nehmen können.  
Sie lernen, in herausfordernden Situationen als Führungskraft Stress zu reduzieren.

### **Inhalte:**

- Stressursachen und Auswirkungen am Arbeitsplatz
- Zusammenhänge zwischen Führungsverhalten und psychischer Belastung, Wohlbefinden und Gesundheit der Mitarbeiter
- Reflektion führungsrelevanter Einstellungen und eigenem Führungsverhalten im Hinblick auf die Gesundheit und das Wohlbefinden der Mitarbeiter
- Strategien zur gesundheitsförderlichen Arbeitsorganisation
- Mitarbeiterorientierte Kommunikation
- Verbesserung des Umgangs mit belasteten Mitarbeiter/innen und bei Konflikten am Arbeitsplatz
- Strategien zum Umgang mit eigenen Belastungen
- Transfer in den betrieblichen Alltag

### **Dauer:**

1 Tag