

Seminarkatalog

Innovative Arbeitszeiten in NRW - lebensphasenorientiert und flexibel



Seminare und Qualifizierungen
2020 (Auszug)

Das Projekt „Innovative Arbeitszeiten in NRW - lebensphasenorientiert und flexibel“ wird im Rahmen des Programms „Fachkräfte sichern: weiter bilden und Gleichstellung fördern“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds gefördert.



Seminar: Gesund Führen

Wachsende Anforderungen an Flexibilität, Reaktionszeiten und Erreichbarkeit sind aktuelle Herausforderungen in der heutigen Arbeitswelt. Führungskräfte und Mitarbeiter*innen nehmen steigenden Druck wahr. Die Weltgesundheitsorganisation hat Stress zu einer der größten Gesundheitsgefahren des 21. Jahrhunderts erklärt. Psychische Belastungen bei der Arbeit gehören mittlerweile zu den wesentlichen Ursachen für Gesundheitsgefährdungen und Krankmeldungen am Arbeitsplatz.

Das Seminar bietet:

Das 2-tägige Seminar macht Führungskräfte fit für die Herausforderungen in der modernen Arbeitswelt:

- Belastungen am Arbeitsplatz wahrnehmen
- langfristige Folgen von Stress erkennen
- Selbstfürsorge - psychosoziale Gesundheit erhalten
- Instrumente einer stärkenorientierten Führung kennenlernen
- Eigene Stressoren erkennen und Stressauslöser abbauen
- Handwerkszeug für den Umgang mit belasteten Mitarbeiter*innen

Inhalte der 2 Tage
siehe nächste Seite

- 📅 29. und 30.01.2020
- 🕒 Jeweils 9.00 – 17.00 Uhr
- 🏠 Handelsverband
Westfalen Münsterland
Prinz-Friedrich-Karl-Str. 26
44135 Dortmund
- 👥 Führungskräfte
- 🗣️ Maike Werdt,
Trainerin/Coachin
- € kostenfrei für Projektbetriebe
- ✉️ ina.anmeldung@soziale-
innovation.de
- 📍 Ab 13 Teilnehmer*innen
auch Inhouse möglich.
Individuelle Terminabsprache.
Info: Dr. Cordula Sczesny

Tag 1: Mitarbeitergesundheit als Führungsaufgabe und persönliche Bestandsaufnahme

- Die Herausforderungen unserer Arbeitswelt und daraus entstehende Belastungen
- Die langfristigen Folgen von Über- und Unterforderung
- Das Stressmodell nach Lazarus
- Burnout erkennen und Handlungsmöglichkeiten der Führungskraft
- Persönliche Ressourcen und Stressoren erkennen
- Die Ebenen der Stressreaktion und Möglichkeiten der Stressbewältigung

Tag 2: Die Dimensionen gesunder Führung und der Umgang mit betroffenen Mitarbeiter*innen

- Ressourcenaufbau und Stressbewältigung der Mitarbeiter*innen unterstützen
- Dimensionen gesunder Führung im Arbeitsalltag
- Ein Gesprächsleitfaden für sensible Mitarbeitergespräche
- Grundlagen der Kommunikation bei sensiblen Mitarbeitergesprächen
- Bearbeitung von Praxisfällen (Fehlzeitengespräche / Krankenrückkehrgespräche)
- Die Grenzen der Führungskraft und professionelle Hilfen