Fit for Management – gesund führen

Burnout-Prävention als Selbstverständnis der Führungsaufgabe

Führung und Leadership **Persönliche Kompetenzen und Kommunikation**

Der stetig steigende Leistungsdruck in unserer Gesellschaft lässt für den einzelnen Menschen nur wenig Raum, um abzuschalten und zu regenerieren. Die rasch fortschreitende Technisierung und Digitalisierung, die permanenten Reizüberflutungen, ständige „Erreichbarkeit", die steigende Geschwindigkeit von Veränderungen im Arbeitsleben, die wachsende Komplexität der Arbeitsprozesse und die unterschiedlichen Bedürfnisse der Arbeitsgenerationen belasten die Mitarbeiter:innen in immer größerem Maße. Hinzu kommen persönliche Faktoren wie sich verändernde soziale Bindungssysteme im privaten Umfeld, neue Formen des Zusammenlebens, privater Leistungsdruck und der Verlust der Fähigkeit zum Ausspannen und Regenerieren.

In den einzelnen Stufen des Burnouts sind vor allem die Führungskräfte gefragt – und oftmals hilflos und überfordert oder selbst betroffen.

Im Workshop werden Wege und Methoden aufgezeigt, Ihre MitarbeiterInnen durch aktive Führungsleistung auf dem Weg durch berufliche Krisensituationen zu begleiten.

Inhalte:

Einstündige Online-Einführung zur Workshop-Vorbereitung

- **Die Kenntnis der „12 Stufen zum Burnout"**
- **Die Entwicklung eines beginnenden Teufelskreises erkennen**

Eintägiger Workshop

- **Die Krisensituation „wahr"-nehmen**
- **Der Einfluss der eigenen Führungspersönlichkeit und des Führungsstils auf das persönliche Stressempfinden und die berufliche Stressentwicklung der Mitarbeiter: innen**
- **Präventivmaßnahmen in die eigene Führungsleistung implementieren**
- **Anspruchsvolle Gespräche mit gefährdeten und betroffenen Mitarbeiter:innen wertschätzend und zielorientiert führen**
- **Individualisierte Maßnahmenpakete für Mitarbeiter:innen aktiv angehen und umsetzen**
- **Grenzen in der Führungsarbeit erkennen und akzeptieren**

Methoden:

Theoretische Inputs, Übungen, Fallbeispiele und kollegiale Beratung

Kurs-ID:

TP-0143

Hinweise:

Termine
Online-Einführung: 20.11.2023, 11:00 Uhr – 12:00 Uhr
Workshop: 27.11.2022, 09:00 Uhr – ca. 16:30 Uhr

Zielgruppe:

Führungskräfte aus allen Unternehmensbereichen, Personalentwickler:innen

Verein für Sozialpolitik, Bildung
und Berufsförderung e. V.
– Akademie der Wirtschaft –
Karthäuserstraße 23
34117 Kassel
Telefon 0561 1091-53

Zu unseren Inhouse-Seminaren