



Gelingende Führung durch Selbstmanagement und Stärkung der Resilienz

Um was es geht	<p>Dieses Seminar wendet sich an Führungsverantwortliche und Entscheidungsträgerinnen und -träger, die Wege und Instrumente suchen, ihr eigenes Selbstmanagement zu stärken. Ein besonderes Gewicht wird auf die Bedeutung der Vorbildfunktion von Führung gelegt: Nur Führende, die selbstfürsorglich mit sich umgehen, können diese Haltung auch an ihre Mitarbeitenden vermitteln.</p> <p>Nach der Einführung ins Thema beschäftigen sich die Teilnehmenden mit der Rolle von persönlichen Zielen und deren Bedeutung für das eigene Wohlbefinden. Auf dieser Grundlage werden Methoden zum wohltuenden Umgang mit sich selber, mit Anderen und mit der zur Verfügung stehenden Zeit vorgestellt, geübt und besprochen.</p> <p>Mit einem persönlichen „Aktionsplan“ zur Förderung der Resilienz endet dieser Seminartag. Am Nachfolgeworkshop wird unter anderem der Erfolg der Umsetzung in den eigenen betrieblichen Arbeitsalltag besprochen.</p>
Die Teilnehmenden	<ul style="list-style-type: none"> • kennen theoretische und praktische Modelle zur Gestaltung gelingender gesunder Führung • kennen die Bedeutung der Selbst- und Fremdanerkennung • unterscheiden zwischen eigenen und fremden Zielen • kennen einfache Übungen zur Entspannung und Selbstwahrnehmung • erarbeiten Schritte zur individuellen und betrieblichen Umsetzung
Leitung	Thomas Reinhardt, Berater für Organisationsentwicklung
Daten, Kosten und Organisatorisches	<p>Einführung: einen Tag. Nach ca. 4-6 Wochen findet ein Vertiefungsseminar statt.</p> <p>Das gesamte Angebot wird auf die Bedürfnisse des Kunden angepasst.</p> <p>Die Kosten richten sich nach dem jeweiligen Angebot.</p>
Sind sie interessiert?	<p>Organisation und Gesundheit, Sperberweg 35, CH-4104 Oberwil Tel.: ++41 79 370 08 18 oder treinhardt@corvus-opera.ch</p>