SAPIO
Gesunde Führung

Kursbeschreibung Führungskräftetraining: „Wege aus der Burnout-Falle“

Zielgruppe: Führungskräfte aus dem mittleren Management: Teamleiter/innen, Gruppenleiter/innen, Projektleiter/innen und solche Berufstätige, die eine Führungsfunktion anstreben

Hintergrund: Ausgebrannt, total erschöpft, depressiv und mit den Nerven am Ende: Burnout. Das Stress-Syndrom grassiert in vielen deutschen Unternehmen und die Zahl der betroffenen Mitarbeiter steigt. Burnout-Prävention für den Arbeitgeber heißt vor allem, den Fokus auf die eigenen Führungskräfte zu legen. Führungskräfte haben eine Schlüsselfunktion: sie arbeiten nah am Mitarbeiter, steuern Prozesse und beeinflussen mit ihrem Führungsstil das Arbeitsklima. Sie tragen die Verantwortung, Arbeitsbedingungen im Rahmen ihrer Kompetenzen so zu gestalten, dass die Belastungen am Arbeitsplatz für ihre Mitarbeiter und für sie selbst erträglich bleiben. Wie das gelingen kann, wird in diesem Führungskräftetraining vermittelt. Durch die Kombination von Wissensvermittlung, Erfahrungsaustausch und Persönlichkeitsanalyse wird der Transfer des Erlernten für die Zeit nach dem Kurs unterstützt.

Inhalte und Themen: Die Teilnehmer/innen …

- ✓ reflektieren die Besonderheiten ihrer (Sandwich-)Position als Bindeglied zwischen strategischem Topmanagement und operativem Kern
- ✓ setzen sich mit den verschiedenen Rollen auseinander
- ✓ lernen Wege kennen, mit dieser Rollenvielfalt professionell umzugehen und dabei motiviert zu bleiben
- ✓ eigenen sich Maßnahmen zur eigenen Stressregulierung an und probieren diese aus
- ✓ lernen die 4 Dimensionen der gesunden Führung kennen
- ✓ trainieren, wie sie durch die Art ihrer Gesprächsführung und durch ihr Verhalten zur Aufrechterhaltung der seelischen Gesundheit bei den Mitarbeitern sorgen können
- ✓ verstehen, was hinter dem Begriff „Burnout“ steht und können Signale, die burnout-gefährdete Mitarbeiter senden, richtig einordnen
- ✓ erkennen, welche typischen Burnout-Fallen es gibt

Methoden: Fachlicher Input, moderierter Erfahrungsaustausch, Einzel- und Kleingruppenarbeit, Reflexion etc.

Datum: 28.08.2014 von 15:00 – 19:00 Uhr und 04.09.2014 von 15:00 – 19:00 Uhr

Veranstaltungsort: In den Räumen der SAPIO - Gesunde Führung GmbH, Claire-Waldoff-Straße 3, 10117 Berlin

Trainerin: Katrin Rautter; Dipl. Kommunikationswirtin (FH), zertifizierte Trainerin und Burnout-Beraterin

Preis: 195,00 EUR

Weitere Informationen und Anmeldung: info@sapio-berlin.de oder 030.652 126-450