

Workshop Arbeit und Wohlbefinden – wie steuere ich dies für mich und in meinem Führungsverhalten?

Dass die Belastung durch Stress in unserer Gesellschaft in den letzten Jahrzehnten tatsächlich gestiegen ist, zeigt sich an der Zunahme psychischer Erkrankungen. Nach Angaben der Deutschen Angestellten Krankenkasse stieg die Zahl seelischer Erkrankungen am Arbeitsplatz zwischen 1997 und 2004 um 70 Prozent.

Daraus ergibt sich eine neue Herausforderung für Unternehmen. In diesem interaktiven Workshop bekommen Sie einen Überblick über den derzeitigen Stand der Forschung und Anregungen, die Ihnen helfen, die Leistungspotentiale und die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter zu fördern.

Inhalte	<p>Was genau ist ein Burn-Out?</p> <ul style="list-style-type: none">• Einblicke in die medizinischen Hintergründe des Burn-Out• Wer ist betroffen – was sind die Ursachen?• Was sind die typischen Überlastungssymptome?• Wie hoch ist der Leistungsverlust? <p>Wie kann man gegen Burn-Out vorgehen?</p> <ul style="list-style-type: none">• Strategien zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit• Was kann der Einzelne tun – was das Unternehmen? Wie kann man dies als Führungskraft im Führungsverhalten berücksichtigen?• Der Einfluss der Kommunikation auf die Gesundheit und Leistungsfähigkeit
Zielgruppe	Führungskräfte
Methoden	Input, Diskussion, Einzelarbeit, Kleingruppenarbeit, Feedback
Dauer	0,5 Tage In Absprache mit den Teilnehmern können Businesspausen eingeplant werden, um operativen Aufgaben nachzugehen.
Trainer	Boris Kimes M.A. Kimes Communication & Health