

# 321/2023: Gesund führen - So halten Sie sich und Ihr Team fit



## Zielgruppe

Kita - Leiter\*innen

## ReferentInnen

Heike Schaumburg Dipl. Pädagogin,  
Kommunikationstrainerin

## Termine

28.09.2023-29.09.2023

## Leitung / Organisation

Claudia Siegel / Birgit Willsch

## Uhrzeit

09:00-16:15 Uhr

## Anmeldung

Nutzen Sie unser Angebot unter  
[www.diakademie.de](http://www.diakademie.de)

## Kursgebühren

325 €

## Ort

Berufsbildungswerk Leipzig  
Tagungsräume Grimmaische Str. 10  
Zugang über Universitätsstraße 2  
04109 Leipzig

## Informationen

Tel.: 035207 - 843 50

## Kursgebühren für Mitglieder

245 €

## Bemerkungen zu den Kosten

## Beschreibung

Leistungsfähige und gesunde Mitarbeiter\*innen sind die Basis für ein zukunftsfähiges und innovatives Unternehmen.

Sie lernen in diesem Seminar den Zusammenhang zwischen Führung und Motivation, der Leistungsfähigkeit sowie dem körperlichen und seelischen Wohlbefinden der Mitarbeiter\*innen kennen.

Sie reflektieren ihr eigenes Führungsverhalten und ihre Vorbildfunktion

und erkennen, im intensiven Erfahrungsaustausch untereinander, Möglichkeiten und Grenzen der Einflussnahme.

Führungsstil und Führungskultur einer Einrichtung sind an erster Stelle ausschlaggebend für die Gesundheit der Mitarbeiter\*innen.

Eine salutogene Führung stärkt die Motivation des Teams nachhaltig.

## Schwerpunkte

- Wirkungszusammenhänge zwischen Führungsverhalten und Mitarbeitergesundheit
- eigene Stressfaktoren und -mechanismen und Umgang damit
- Gesundheitsfördernde Mitarbeiterführung
- Gesprächsführung und Einbeziehung (Feedback und Anerkennung authentisch praktizieren)
- Überlastungssymptome erkennen
- Gesprächsführung mit Mitarbeitenden
- psychische Belastung am Arbeitsplatz erkennen
- Resilienz Faktoren in die Arbeit integrieren

## Zugangsvoraussetzungen

## Bemerkungen

Methoden: Achtsamkeitsübungen, Potentialanalyse, Vortrag und Arbeitsgruppen

Bitte bringen Sie eine Matte mit!