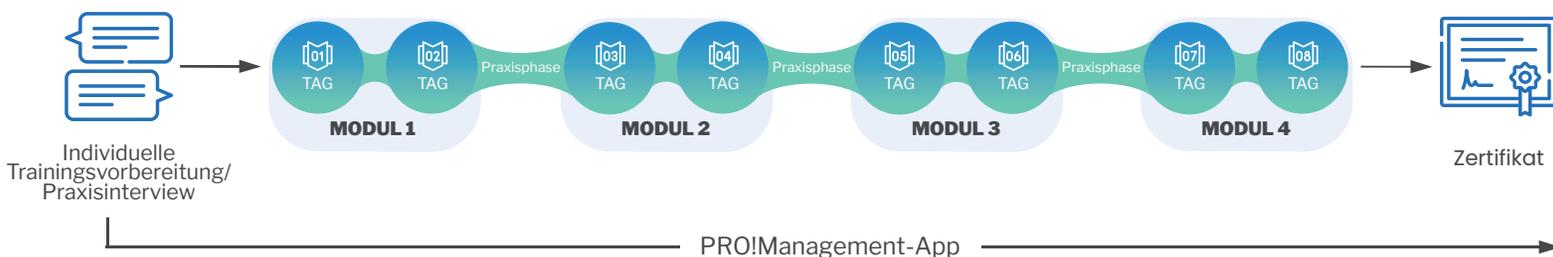


# Gesund Führen

## Gesundheitsorientierte Führung im motivierten und erfolgreichen Team

Durch den demografischen Wandel, steigende Lebenserwartung, höheres Renteneintrittsalter und fehlende Fachkräfte kommt es zu einer Veränderung der Altersstruktur bei den Beschäftigten in Deutschland. Firmen stehen vor der Aufgabe, die Mitarbeitenden im Arbeitsleben möglichst lange gesund und fit zu halten. Eine unabhängige Studie der FH Köln zeigt: Durch gesundes Führen steigt die Zufriedenheit, die Zahl der Krankheitstage sinkt. Über 250 Führungskräfte aus dem Gesundheitsbereich, aus Krankenhäusern und Alten- und Pflegeheimen haben an Test-Trainings teilgenommen und die „neue gesunde Führungskultur“ umgesetzt. „Gesund Führen“ ist das Schlagwort für eine neue Führungskultur, die mit gesundheitsorientierten Führungskräften Mitarbeitende motiviert, zum gemeinsamen Erfolg beizutragen.

### 8-TÄGIGES MODULAR AUFBAUENDES TRAINING



01

#### Ziele des Trainings

- Entwicklung einer gesunden Selbstführung
- Erkennen des eigenen Gesundheitsverhaltens
- Erarbeiten gemeinsamer Führungsziele
- Bessere Motivation und Gesundheit der Mitarbeitenden

02

#### Trainingsinstrumente

- Trainingsbegleitendes Kompetenz-Entwicklungsprojekt
- Schriftlich fixierte Entwicklungsschritte zwischen den Trainingstagen
- Erfahrungspräsentationen / Best Practice / Feedback
- Lernteams/Umsetzungs-Lernkontrolle
- Finaler Erwartungsaustausch

03

#### Materialien

- Soll-Ist-Analyse / Trainingsvorbereitung
- Merk- und Arbeitsblätter
- PRO!Management-Kompakt / Merkkarten
- PRO!Management-Zertifikat
- PRO!Management-App

**PRO!**  
MANAGEMENT

Kontaktieren Sie uns



+49 221 6430362-0



Zollstockgürtel 59, D-50969 Köln



info@pro-ag.de



www.pro-ag.de



# AUSZUG INHALTE UND THEMEN

Gesunde Führung: Merkmale, Aufbau und Entwicklung eines gesundheitlichen Führungsstils, Entwicklung von Haltung und Persönlichkeit

Bewusster gesundheitsorientierter Führungsstil, reichsorientierte Anwendung der Führungsinstrumente, Vereinbarkeit von Führung und betrieblichem Gesundheitsmanagement

Gesundheitsmanagement: Firmenspezifische Anwendung und Umsetzung, schnelle und effektive Reaktion auf Veränderungen, Erfahrungsaustausch

Teamförderung: Lösungsorientiertes- und Unternehmer-im-Unternehmen-Denken

Status und Statusspiele: Definition von Status, Statusverhalten, Statuskämpfen und die eigene Rolle in der Führung

Ordnungssystemen in Gruppen: Hierarchien, „heimliche“ Chefs, Generationsverhältnisse und unterschiedliche Kulturen

Quick-Check: Erkennen berufsspezifischer Belastungen im Arbeitsalltag (Arbeitsorganisation, soziale und personelle Belastung)

Salutogenese: Faktoren der Entstehung von Gesundheit und Gesundbleiben, Wertschätzung, Motivations-schere und Kohärenzgefühl

Entstehung, Vermeidung, Abbau und Umgang mit Stress

Belastung und Burn-Out: Zwölf Phasen des Burnouts, Selbst-erkenntnis und Erkennen der Symptome, Burn-Out im Mitarbeitendengespräch

Mitarbeitendenjahresgespräche – Fürsorgegespräche – Rückkehrgespräche – Konfliktgespräche

Konfliktmanagement: Führen schwieriger Situationen mit einzelnen Mitarbeitenden oder im Team zu einer Win-Win-Situation, Adressieren von Erwartungen, korrekte Formulierung von Kritik und Aufzeigen von Wegen zur Verbesserung

Rechtzeitiges Erkennen und Abstellen von Mobbing und Mobbingvorwürfen

Steuerungsinstrument GeWIEVtes Feedback: Kommunizieren von Erwartungen und Einsatz von Ich-Botschaften



Ziel ist das Erreichen von Synergieeffekten durch den Erfahrungsaustausch der Teilnehmenden – so können sie ihren Blick noch einmal öffnen und von anderen Sichtweisen profitieren.



Gruppengröße: Mind. 4, max. 12 Teilnehmende



Dieses Training bieten wir als maßgeschneidertes Inhouse-Training an. Bei Interesse kontaktieren Sie uns gerne.



+49 221 6430362-0



Zollstockgürtel 59, D-50969 Köln



info@pro-ag.de



www.pro-ag.de

