

## *Gesund führen = wert-voll führen*

### *Im Blick: Achtsame Führung von Mitarbeiter:innen*

Immer wieder ändern sich berufliche und gesellschaftliche Rahmenbedingungen, wodurch sich auch die Anforderungen an eine gute Führung und Leitung stetig verändern.

**Dieses Seminar soll Führungskräfte** im Gesundheitswesen dabei unterstützen, den Einfluss ihres Führungsverhaltens auf ihre Mitarbeitenden besser wahrzunehmen und Belastungen abzubauen. Außerdem geht es darum Techniken zu erwerben, um die individuellen Ressourcen der Mitarbeitenden zu fördern, und eine gesundheitsfördernde Haltung zu kultivieren.

**Ziel ist** die psychische und körperliche Gesundheit – auf Seiten der Führungskraft wie auf Seiten der Mitarbeiter:innen - zu erhalten und zu fördern

### **Themenschwerpunkte**

- Zusammenhänge zwischen Führung, Gesundheit und Arbeitsfähigkeit
- Achtsamkeit im Umgang mit der eigenen Gesundheit
- Instrumente für eine gesundheitsbewusste Führung von Mitarbeiter:innen

### **Methoden**

- Impulsreferate, Energizer, Filmsequenzen
- Gewohnte Handlungsmuster reflektieren, neue Handlungsansätze entwickeln
- Interaktive Aufbereitung des Themas