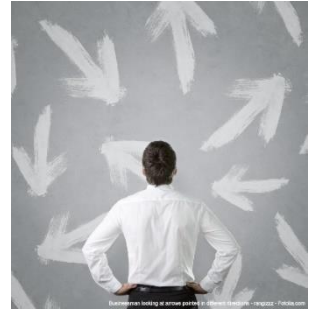


Angewandtes systemisches Denken für Führungskräfte KONSTRUKTIVISTISCHE NÄHERUNG



(4 Ganztags-Workshops in 2 Jahren mit einer festen Gruppe)



Hintergrund:

Das Denken in systemischen Zusammenhängen gehört zum Alltag von Führungskräften. Mono-kausale Ursache-Wirkungs-Ketten sind in Unternehmen eher die Ausnahme. Entsprechend lohnend ist die methodisch angeleitete, wechselseitige Beratung unter Zuhilfenahme systemischer Werkzeuge. Dabei werden sowohl Problemstrukturen lösungsorientiert angegangen als auch Zukünftiges systemisch geplant.

Inhalte:

- knappe theoretische Einführung zur Systemtheorie
- Erkennen von problemstabilisierenden Mustern/Transaktionen
- Kontextanalyse Ihres jeweiligen Unternehmens-Systems
- Systemisch gestaltete Gesprächsführung, insbesondere systemische Fragetechniken

Hinweis:

- Wir empfehlen zur Aktivierung der Wechselwirkungen zwischen Körper und Verstand die Ergänzungsbuchung einer Entspannungstrainerin
- Vereinbarung zur aktiven Mitarbeit anhand eigener Fallbeispiele

Zur Beratung, Planung und Buchung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

medical airport service GmbH
Team Präventionsmaßnahmen und -schulungen
Hessenring 13a
64546 Mörfelden-Walldorf
Telefon: +49 (0) 6105-3413-190
E-Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de

Führung und Zusammenarbeit gehirngerecht gestalten
EINSTIEG IN DIE PERSÖNLICHKEITSTHEORIE NACH JULIUS KUHL
(PSI) aus FÜHRUNGSPERSPEKTIVE



Workshop
ganzer Tag

(2x)



Hintergrund:

Führungskräfte stellen sich immer wieder die Frage: "Warum denkt und handelt mein Mitarbeiter/ meine Mitarbeiterin so völlig anders als ich?" Diese Workshops eröffnen einen Einstieg in die komplexe Persönlichkeits-Theorie (PSI) von Julius Kuhl anhand eigener Beispiele aus dem Führungssalltag. Die Teilnehmer reflektieren systematisch ihre und die Motive ihrer Mitarbeiter, die persönlich präferierten Umsetzungsstile und erschließen sich damit Basiswissen zu den Funktionsbereichen des Gehirns.

Inhalte:

- Einführung Persönlichkeitspsychologie (PSI-Theorie)
- Selbstmotivation, -bremsung, -beruhigung, -konfrontation
- Sich und den anderen in seinen Motiven verstehen
- praktische Umsetzung an eigenen Beispielen
- Die Führungskräfte erlernen Grundlagen der PSI-Systematik zur Beantwortung der Fragen: Wie tickt mein Mitarbeiter/ meine Mitarbeiterin? Was braucht er/ sie zur Entwicklung und was nicht?

Hinweis:

- Der Workshop wird bei mehr als 8 Teilnehmerinnen und Teilnehmern in Doppelmoderation durchgeführt
- Vereinbarung zur aktiven Mitarbeit anhand eigener Fallbeispiele

Zur Beratung, Planung und Buchung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

medical airport service GmbH
Team Präventionsmaßnahmen und -schulungen
Hessenring 13a
64546 Mörfelden-Walldorf
Telefon: +49 (0) 6105-3413-190
E-Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de

Gesundes Führen DIE VERSCHIEDENEN DIMENSIONEN SALUTOGENER FÜHRUNG



Workshop
ganzer Tag



Hintergrund:

Welchen Beitrag können Führungskräfte leisten, um die Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu stärken?

Wie erkennen Führungskräfte die gesundheitsbedrohliche Entwicklung zum Burnout? Wie können sie Wertschätzung zeigen, ohne sich anzubiedern? Diese Fragen werden im Wechsel mit Theorie-Inputs anhand von Beispielen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer reflektiert.

Ziel des Workshops ist eine Erweiterung des Handlungswissens der Teilnehmerinnen und Teilnehmer in Bezug auf gesundheitsfördernde Mitarbeiterführung.

Inhalte:

- Zusammenhang zwischen Führung und Gesundheit
- Gestaltung von gesunden Rahmenbedingungen im Unternehmen
- Gesundheitsförderlicher Führungsstil
- Gesunde Selbstführung
- Multiplikator im Gesundheitsmanagement
- Umgang mit Veränderungen und psychischer Belastung im Unternehmen

Zur Beratung, Planung und Buchung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

medical airport service GmbH
Team Präventionsmaßnahmen und -schulungen
Hessenring 13a
64546 Mörfelden-Walldorf
Telefon: +49 (0) 6105-3413-190
E-Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de

Konfliktmanagement für Führungskräfte KRISEN FRÜHZEITIG ERKENNEN UND BEWÄLTIGEN



Workshop
ganzer Tag

(2x)



Hintergrund:

Eine sehr wichtige Führungsaufgabe ist das frühzeitige Wahrnehmen und kompetente Intervenieren bei Konflikten. Hier benötigen Sie als Führungskraft ein gutes Gespür für Stimmungen und Kommunikationsprozesse im Team. Konflikte und Störungen sind im alltäglichen Miteinander normal. Es geht daher nicht um Konfliktvermeidung, sondern um den kompetenten Umgang mit Konflikten. Hilfreich sind dabei verschiedene Modelle, auf die Sie situationsspezifisch zurückgreifen können. Ziel des Seminars ist es, Konfliktsymptome sensibler wahrzunehmen und adäquate Handlungsstrategien kennenzulernen.

Inhalte:

- Führungsaufgabe der Konfliktbearbeitung
- Reflexion eigener Verhaltensweisen
- Konfliktodynamiken, Konfliktsymptome
- Konfliktstrategien, Fördern und Fordern kooperativen Verhaltens
- Gesprächsführungstechniken mit Übungen
- Einfühlsam eine klare Stellung beziehen
- Eigene Konflikte aufspüren – Emotionsmanagement

Zur Beratung, Planung und Buchung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

medical airport service GmbH
Team Präventionsmaßnahmen und -schulungen
Hessenring 13a
64546 Mörfelden-Walldorf
Telefon: +49 (0) 6105-3413-190
E-Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de

Resilienztraining für Führungskräfte
AKTIVIEREN SIE IHRE PSYCHISCHE
WIDERSTANDSKRAFT



Hintergrund:

Sie müssen im Alltag Stress, Konflikte, Krisen und Mehrfachbelastungen bewältigen? Wer diesem Druck ständig schutzlos ausgesetzt ist, kann fatale Folgen spüren. Der eine fühlt sich wie ein Hamster im Rad, der sich abarbeitet und dennoch nicht von der Stelle kommt. Der andere hat ständig das Gefühl, am Rande der Erschöpfung zu stehen. Nun gilt es, den negativen und erschöpfenden Auswirkungen Positives entgegenzusetzen. Nur so erreichen Sie wieder einen Zustand des Wohlbefindens. Auf innere Stärke zurückzugreifen und optimistisch flexible Lösungen anzustreben, zeichnet einen resilienten Umgang mit Druck aus. Ein Stehaufmännchen ist ein passendes Symbol für das Resilienzprinzip. Ziel der Veranstaltung ist es, durch entsprechende Impulse bewusst die Widerstandskräfte zu aktivieren.

Inhalte:

- Einstieg: Was ist Resilienz?
- Annehmen, was ist, und eine optimistische Perspektive entwickeln
- Vertrauen in die eigene Wirksamkeit haben
- Achtsam sein und mit Energien haushalten
- Verbunden sein und Unterstützung holen
- Ziel fokussieren und Zukunft gestalten
- Handlungsorientierte Lösungen entwickeln und umsetzen

Zur Beratung, Planung und Buchung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

medical airport service GmbH
Team Präventionsmaßnahmen und -schulungen
Hessenring 13a
64546 Mörfelden-Walldorf
Telefon: +49 (0) 6105-3413-190
E-Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de

Ressourcenorientiertes Selbstmanagement für Führungskräfte DAS ZÜRCHER RESSOURCEN MODELL (ZRM)



Workshop
ganzer Tag



Hintergrund:

Sind Sie in der Lage, Ihre Ressourcen realistisch einzuschätzen und so einzuteilen, dass Sie gut durch den Tag kommen? Mithilfe des „Zürcher Ressourcen Modell“ ist es möglich, eigene Ressourcen zu erschließen und zielgerichtet zu aktivieren. Sie erleben die neuronale Plastizität Ihres Gehirns und können Ihr Selbstmanagement tatsächlich positiv verändern. In festen Gruppen wird in fünf Schritten an den persönlichen Ressourcen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer orientiert gearbeitet.

Ziel ist es – nach einem Theorieinput zur Motivations- und Gehirnforschung –, anhand Ihrer persönlichen Beispiele Ihre Ressourcen zu erkennen, auszubauen und zielgerichtet zu aktivieren.

Inhalte:

- Bilder und somatische Marker als Ressourcenzugang erkennen
- Ziele handlungswirksam formulieren
- Ressourcenaufbau mental bahnen
- Ressourcenbasiert zielgerichtet handeln
- Unerwünschtes Handeln ersetzen
- Positiven Transfer in den Alltag sichern

Zur Beratung, Planung und Buchung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

medical airport service GmbH
Team Präventionsmaßnahmen und -schulungen
Hessenring 13a
64546 Mörfelden-Walldorf
Telefon: +49 (0) 6105-3413-190
E-Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de

Seminarreihe zur Stärkung der Gesundheit von Führungskräften GESCHÜTZTER RAUM ZUR RESSOURCENSTÄRKUNG



Workshop
ganzer Tag

(4 Ganztags-Workshops in 2 Jahren mit einer festen Gruppe)



Hintergrund:

Bei der Durchführung von Veranstaltungen in Unternehmen nehmen Führungskräfte bei psychosozialen Themen oft aus Rücksicht auf die Offenheit im Workshop nicht teil. Gerade sie benötigen aber, ebenso wie die Kolleginnen und Kollegen, Gesundheitsförderung.

Ein Seminar ausschließlich für Führungskräfte bietet folgende Vorteile:

- Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben grundsätzlich ähnliche berufliche psychosoziale Herausforderungen
- Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können offen miteinander arbeiten, da die Hierarchie im Teilnehmerkreis keine Rolle spielt

Ziel der Workshopreihe ist die Stärkung der Führungskräfte in gesundheitsrelevanten Themen.

Inhalte:

Die feste Gruppe startet mit „Stressmanagement für Führungskräfte und wählt anschließend aus einem Portfolio möglicher Themen aus:

- Resilienztraining
- Ressourcenorientiertes Selbstmanagement
- Umgang mit Konflikten im Team

Die kollegiale Beratung zum Umgang mit konkreten Herausforderungen steht in dieser Seminarreihe im Vordergrund.

Zur Beratung, Planung und Buchung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

medical airport service GmbH
Team Präventionsmaßnahmen und -schulungen
Hessenring 13a
64546 Mörfelden-Walldorf
Telefon: +49 (0) 6105-3413-190
E-Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de

Stressbewältigung für Führungskräfte
SICHER UND GELASSEN IM STRESSWorkshop
ganzer Tag**Hintergrund:**

Die immer höheren Arbeitsbelastungen und der stärker werdende Leistungsdruck erfordern von Führungskräften einen kompetenten Umgang mit Stress und eine bewusste Handhabung der eigenen Kräfte. Wenn die Balance zwischen beruflichen Anforderungen und persönlichen Ressourcen gestört ist, leiden das Wohlbefinden und die Qualität der Arbeit. Langfristig können Erschöpfungszustände und stressbedingte Krankheiten die Folge sein. Der Workshop ist für Führungskräfte konzipiert und zielt darauf ab, Lösungsimpulse aus der Theorie und den Erfahrungen der einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu geben.

Inhalte:

- Was ist Stress?
- Physische und psychische Stressreaktionen
- Stressquellen und -fallen erkennen
- Stress verschärfende Einstellungen erkennen und verändern – Techniken mentaler Stressbewältigung
- Erholung und Entspannung

Zur Beratung, Planung und Buchung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

medical airport service GmbH
Team Präventionsmaßnahmen und -schulungen
Hessenring 13a
64546 Mörfelden-Walldorf
Telefon: +49 (0) 6105-3413-190
E-Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de