



Führung
stärken

Persönliche Haltung

Gesunde Höchstleistung

Im Fokus des Seminarblocks steht die Kombination von nachhaltiger Gesundheit und effektiver Leistungsfähigkeit. Dabei werden psychologische Modelle präsentiert, von der Gruppe adaptiert und in den Alltag integriert.

Zielgruppe

Führungskräfte aus Klinik, Verwaltung und Forschung

Ziel

Führungskräfte stärken Stresskompetenz, Gesundheitskompetenz und Selbstwirksamkeit. Diese Fertigkeiten werden in der Selbst-, aber auch der Team-Führung direkt gewinnbringend angewandt. Lebensfreude, Gesundheit und Leistungsfähigkeit werden so nachhaltig gesteigert.

Inhalte

Selbstführung

- Führen durch „vorführen“
- Vorbildung und Rolemodell im Alltag
- Empathie und Vertrauen ausstrahlen
- Gesunder Egoismus

Stress positiv nutzen

- In den Flow kommen
- Umgang mit Druck und Anspannung
- Achtsamkeit nutzen
- Leichtigkeit im Alltag

Teamführung

- Schwarmintelligenz aufbauen
- Gesundheitsbewusstsein stärken
- Führung über Werte und Prinzipien
- Notfallplan gemeinsam erarbeiten



Präsenzseminar

Dauer

1 Tag



Buchung unter seminare.charite.de

fortbildung@charite.de
+49 30 450 576 666