

Freundlich zu mir selbst – kompetent in der Leitung

Selbstfürsorge als Führungskraft

Als Führungskraft werde ich jeden Tag und von allen Seiten gefordert. Wie gut ist es dann, wenn ich gelassen und kraftvoll bin, den Überblick behalte.

Ziel des Seminares ist es, dass ich als Führungskraft Handwerkszeug nutzen kann, das mir im Alltag hilft gut für mich zu sorgen. Dadurch kann ich als Profi in der Führung meine Arbeit kraftvoll angehen. Dadurch habe ich mich selbst und die Mitarbeitenden gut im Blick.

Methoden und Inhalte:

- Einfache Entspannungsübungen für den Alltag;
- Werte und Haltungen überprüfen und neu integrieren;
- Gelassenheit in belastenden Situationen und Emotionen;
- eigene Grenzen kennen, achten und deutlich machen;
- Strategien für die Arbeit zwischen Mitarbeitenden- und Bereichsleitungsebene;
- Stressprävention und Stressbewältigung;
- Genuss im Alltag als Quelle der Zufriedenheit;
- Übungen zur Achtsamkeit.

Dieses Seminar ist Teil der flexiblen und modular aufgebauten Seminarreihe „In Führung sein“, die systemisch, ressourcenorientiert und praxisnah ausgerichtet ist. Die Module richten sich insbesondere an Führungskräfte der unteren und mittleren Führungsebene, Team-, Gruppen- und Stationsleitungen, angehende Führungskräfte sowie an Führungsaufgaben interessierte Mitarbeitende und Projektleitungen.

Durch den Besuch von insgesamt zehn Seminartagen Ihrer Wahl (80 UE) erwerben Sie auf dem CARITASCAMPUS das Zertifikat der Seminarreihe „In Führung sein“.

Nummer

23922-022

Datum

19.09.2022

Zeit

09:00 - 16:00 Uhr

Ort

Diözesan-Caritasverband für
das Erzbistum Köln e. V.
Georgstraße 7
50676 Köln

Zielgruppen

Leitungskräfte Zukünftige Leitungskräfte
Gruppenleitungen

Referent/in

Klemens Hundelshausen
Diplom-Sozialarbeiter
Krankenpfleger
psychologischer Heilpraktiker
Systemischer Berater

Teilnehmende (max.)

12

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

170.00 €

Normaler Preis für Externe

205.00 €

Pflegepunkte (RbP)

8.00

Ansprechpartner/in

Heike Lammertz-Böhm

Verpflegung

Getränke und Mittagessen

Unterrichtsstunden

8