

Seminar 4

Burnout Prävention

Was Ihre Führungskräfte unbedingt wissen sollen

- Wie sie Burnout vorbeugen
- Wie sie effizient die Stresssignale des Körpers und Geistes erkennen
- Wie sie ihre Nervosität, Aufregungen und Reizbarkeit effektiv abbauen können
- Wie sie negative Gefühle und Gedanken effektiv steuern können
- Warum sie manche Dinge als Bedrohung oder Herausforderung interpretieren
- Woran sie erkennen, dass sie Burnout gefährdet sind
- Die Maßnahmen, die ihnen zu einem gesunden Ausgleich der Arbeitsbelastung verhelfen

Sehr oft reagieren wir erst, wenn es schon zu spät ist.

Wir beobachten häufiger, dass unsere Führungskräfte **antriebslos** oder **gleichgültig** wirken. Sie wirken **nicht mehr so konzentrationsfähig** wie gewohnt, werden schnell **ungeduldig**, oder **fehlen häufiger am Arbeitsplatz**. Nicht selten endet der psychische Erschöpfungszustand in **Arbeitsunfähigkeit**, die bis zu einigen Monaten, manchmal Jahren andauern kann.

Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte

Ort und Dauer

Inhouse 4 h (Seminar 3)
 8 h (Seminar 3 & 4)

Seminar-Methode

Vortrag, Diskussion, Einzel- und Gruppenarbeit sowie praktische Übungen.

Das Seminar **bewaffnet Führungskräfte mit den notwendigen Tools**, um effizient mit Druck, Stress und Widrigkeiten umzugehen und Burnout effektiv vorzubeugen. Zusätzlich, um sich vor Burnout bei Mitarbeitern zu schützen, erfahren Führungskräfte **unabdingbare Tipps für das Leadership-Verhalten** im Betrieb.

PERFORM setzt die neuesten **wissenschaftlichen Erkenntnisse der Hirnforschung** und Methoden ein, um Personen mit Führungsverantwortung und Managementaufgaben zu unterstützen.

Schnell und mühelos können sie Ihre Mitarbeiterführungs Kompetenzen und Ihr **Verhalten** erweitern.

Preisliste und Aktionen

FÜHRUNGSKRÄFTE Unternehmen	Bis 5 TN	6-15 TN	> 15 TN	Preis pro Person
Seminar 1 (4 Std.)	990,-	1290,-	auf Anfrage	
Seminar 2 (4 Std.)	990,-	1290,-	auf Anfrage	
Seminar 3 (4 Std.)	990,-	1290,-	auf Anfrage	
Seminar 4 (4 Std.)	990,-	1290,-	auf Anfrage	
Aktion: 2 ergänzende Seminare (1 & 2 oder 3 & 4) 8 Std. Total zum Sonderpreis	1980,- 1780,-	2580,- 2180,-		
<i>Sie sparen</i>	200,-	400,-		
Einzelcoaching				120,- Std.
<small>Alle Preisen zzgl. MwSt.</small>				

Führungskräfte Gruppenseminare

Seminar 1. Booste dein Leadership & zwischenmenschliches Vertrauen

Effektive Mitarbeiterführung und die Ansätze der sozialen Identität im Führungsstil
Kernkompetenzen eines Managers TEIL I

Seminar 2. Booste deine emotionale Agilität in der Führung

Emotionale Intelligenz, Reflexion und effektives Mitarbeiter Management
Kernkompetenzen eines Managers TEIL II

Seminar 3. Stressbewältigung & Stabilität im Wachstum

Förderung der Resilienz und Belastbarkeit
Kernkompetenzen eines Managers TEIL III

Seminar 4. Burnout Prävention

In Zeiten der schnell verändernden- und verdrängenden Märkte, wo Digitalisierung-, Veränderung der Arbeitsprozesse und menschlichen Herausforderungen in den Vordergrund rücken, sind zügige Anpassungen im Umgang mit Stress sowie eine bewusste Prävention der emotionalen Erschöpfung von großer Bedeutung.

Was Ihr Unternehmen gewinnt

- Höheres Mitarbeiterengagement
- Höhere Energie von Kollaboratoren
- Höhere Produktivität
- Höhere Arbeitszufriedenheit
- Höhere Identifikation mit dem Unternehmen
- Höhere Absicht zu bleiben
- Höhere Weiterempfehlungen seitens der Mitarbeiter
- Niedriges Stressniveau
- Niedrige Burnout Fälle
- Höherer Profit

Mitarbeiterführung, Arbeitsatmosphäre & Firmenerfolg 'go Hand in Hand'

Vermeiden Sie, dass Ihre Führungskräfte entscheidende Leadershipkompetenzen missachten und den Wachstum Ihres Unternehmens gefährden.