



Gesund Führen
Lizenznehmerin von



An der Hauptstr. 45
35287 Amöneburg

tel. 06429 – 92 12 90
fax. 06429 – 92 12 78
mobil 0172 – 673 49 83

barbara.schade@do-care.de

Ausschreibung

Train-the-Trainer Seminar: „Gesund Führen- sich und andere“

nach Dr. Anne Katrin Matyssek – do care! – www.gesund-fuehren.de

Marburg, Hotel Dammmühle

1. bis 3. Februar und 7. bis 9. März,

Beginn jeweils Mittwoch 13:00 Uhr und Ende Freitag 16:30 Uhr.

Qualitätswerkstatt* am Freitag, der 21. September 2012, 8:30 Uhr bis 18:30 Uhr

Insgesamt 60 Unterrichtseinheiten

Grundlage: Trainerleitfaden
Gesund führen – sich und andere
von Dr. Anne Katrin Matyssek

Bitte zum Seminar mitbringen!



* Die Qualitätswerkstatt findet jeweils am 3. Freitag im September statt, und zwar im turnusmäßigen Wechsel in Marburg, im Kreis Recklinghausen und in Aachen. Zusätzliche Qualitätswerkstätten werden nach Bedarf eingerichtet. Die Qualitätswerkstätten werden von allen drei Ausbilderinnen geleitet. Die erstmalige Teilnahme an einer Qualitätswerkstatt ist verbindlicher Baustein der Ausbildung, und die Kosten hierfür sind in den Ausbildungsgebühren enthalten. Prinzipiell können an der Qualitätswerkstatt Teilnehmende aus allen Ausbildungsgruppen teilnehmen.



Worum geht es in dem zu erlernenden Seminar?

Führungskräfte sind gefordert, wenn es darum geht, Motivation, Betriebsklima und Anwesenheitsquote zu verbessern. Sie sollen z.B. Kränkungen vermeiden, Stress reduzieren und Ressourcen aufbauen – angesichts der wachsenden Belastungsdichte keine leichte Aufgabe. Aber es gibt durchaus Möglichkeiten, die Führungskräfte bei diesen Anforderungen zu unterstützen und damit zu ihrer Entlastung und zur Gesundheitsförderung beizutragen. Voraussetzung hierfür ist eine entsprechende Sensibilisierung der Führungskräfte sowie – als unverzichtbare Basis – ein gesundheitsgerechter Umgang mit sich selbst. Das Seminar zielt darauf ab, den Teilnehmern die Auswirkungen von Führungsverhalten auf das Wohlbefinden, die Gesundheit und die Anwesenheit ihrer Mitarbeiter/innen bewusst zu machen und gesundheitsgerechtes Führungsverhalten zu fördern. Dabei muss zunächst die Grundlage stimmen: Auf sich selber acht zu geben und sich pfleglich zu behandeln ...

Strukturelle Ziele

- Handlungssicherheit geben durch Leitlinien/ Tools
- Erfahrungsaustausch ermöglichen
- Support geben / Entlastung schaffen (auch: Grenzen erkennen)

Inhaltliche Ziele

- Sensibilisierung für Zusammenhänge zwischen Führungsverhalten und Anwesenheit/ Gesundheit
 - bewussterer Umgang mit dem Thema
- Gesund mit dem (auch belasteten!) Mitarbeiter/ Team umgehen
 - Belastungsreduzierung und Ressourcenaufbau für den Mitarbeiter
- Gesund mit sich selbst umgehen
 - Belastungsreduzierung und Ressourcenaufbau für die Führungskraft
- Handlungsimpulse zur Transfersicherung für 2 und 3
 - letztendliches Ziel des ganzen Seminars:
Erhaltung und Stärkung der Arbeitsfähigkeit und Produktivität durch mehr Wohlbefinden und Fehlzeiten- Reduzierung

Wirkt das denn überhaupt?

Eine umfangreiche Seminarreihe mit diesem zweitägigen „Klassiker“ (15 Seminare mit 148 Führungskräften) wurde nach 6 Monaten durch die PE-Abteilung evaluiert mit den Ergebnissen: 93% gaben an, das Seminar habe ihr Führungsverhalten beeinflusst (bei „neuen“ Führungskräften signifikant stärker), 91% haben Hilfestellung bei Gesprächen mit belasteten Mitarbeitern bzw. Willkommengesprächen erfahren, und 44.6% gaben Verbesserungen der Anwesenheitsquote ihrer Teams an (subjektive Einschätzungen der Führungskräfte).



Welche Argumente sprechen für ein do care!-Seminar zum Gesund-Führen?

- Explizite Spezialisierung auf das Thema “Gesund führen” seit 2002
- 4 Bücher , 1 Trainerleitfaden und 1 Arbeitsheft zum Thema “Gesund Führen”
- Dr. Anne Katrin Matyssek ist Co-Autorin/Gutachterin des KGST-Berichts für die öffentliche Verwaltung: „Gesundheitsmanagement als Führungsaufgabe“
- Lehrauftrag zum Thema “Gesund Führen” an der Universität Hannover seit 2004
- Erreichen der Endrunde im BDVT-Wettbewerb um den Deutschen Trainingspreis 2003
- Mehr als 400fache Durchführung des Seminars, 100fache Durchführung des Vortrags „Gesund Führen“

Welche Methodik und Didaktik wird im Train-the-Trainer-Seminar angewandt?

- Methoden der Gruppenarbeit in der Gesundheitsförderung
- Gestalten von Seminaranfangs- und -schluss-Situationen
- Gesprächs- und Moderationstechniken
- Einsatz von Bewegungs- und Entspannungsübungen sowie von sog. „Separators“

Einzelne Teile des Seminars werden im Original von den Teilnehmern als solche erlebt, reflektiert und das Kursleiterverhalten in simulierten Gruppensituationen trainiert. Neben Kurzvorträgen zur Vermittlung der theoretischen Hintergrundinformationen stehen im Mittelpunkt der Veranstaltung auch die eigene Erfahrung mit einzelnen Methoden und Ansätzen des gesunden Umganges mit sich selbst und anderen bzw. der der gesundheitsgerechten Führung, deren Reflektion unter methodisch-didaktischen Gesichtspunkten.

Welche weiterführenden Themen werden behandelt?

Wie Sie Kunden finden und für sich gewinnen – wie Sie Angebote erstellen – wie Sie die Veranstaltung und sich selber vorbereiten – wie Sie selber in diesem Job gesund bleiben usw..

Weitere Infos unter:

<http://www.do-care.de/gesund-fuehren-trainerleitfaden/fragen-rund-um-die-train-the-trainer-ausbildung/>

<http://www.do-care.de/category/gesund-fuehren-trainer-blog/>



Das Angebot ist nur en block als Paket buchbar!

Trainerin

Barbara Schade, Diplom-Psychologin, seit 2005 Lizenznehmerin von Dr. A.K. Matyssek

Ausbildungskosten 1.490,00 €

In diesen Kosten enthalten sind Getränke und kleine Erfrischungen während der Unterrichtseinheiten und in den Kaffeepausen. Mittagessen sowie evtl. Unterkunft und Verpflegung außerhalb des Seminars tragen die Teilnehmenden selbst.

Ausbildungsort

Hotel Dammühle (www.hotel-dammuehle.de)

Ein Zimmerkontingent ist reserviert. Die Buchung nehmen Sie bitte selbst vor. Die Zimmerkosten belaufen sich auf 70 bis 80 €. Das Hotel verfügt über ausgesprochen schöne individuell und künstlerisch ansprechend gestaltete Zimmer.

Mindestteilnehmerzahl 10

Zusätzlicher Benefit

Falls gewünscht werden Sie als Teilnehmer/in der Train-the-Trainer-Ausbildung auf der Website von Dr. Anne K. Matyssek als TrainerIn empfohlen (und gern auch Ihre Website mit der von Dr. Matyssek verlinkt). Auf diese Weise können mögliche Kunden Sie leichter entdecken und sich direkt an Sie wenden, um das Seminar bei Ihnen zu buchen. Die Interessenten wissen ja dann, dass Sie nicht nur das Buch gelesen, sondern die Durchführung des Seminars intensiv erlernt haben.

Wir freuen sehr uns, wenn Sie dabei sind!

Mit dem Überweisen der Teilnehmergebühr sichern Sie sich Ihren Platz im Seminar. Bitte überweisen Sie bis spätestens vier Wochen vor Seminarbeginn auf folgendes

Konto:

Barbara Schade, Sparkasse Marburg Biedenkopf (BLZ 533 500 00)
Kontonummer 1012 031 242

Anmeldung

Bitte per E-Mail Barbara.Schade@do-care.de oder mit beigefügtem Anmeldeformular.



AGENDA für das 2tägige Führungskräfteseminar

Gesund führen – sich und andere!



1. Vormittag:

- Vorstellung des Programms anhand des Baum-Bildes
- kombinierte Vorstellung und Erwartungsabfrage: Was tun Sie schon a) für Ihre eigene Gesundheit und b) für die Ihrer Mitarbeiter? Was sollen Ihre Früchte sein?
- Studien/ Theorie: Zusammenhänge zwischen Führungsverhalten und Gesundheit
- Fallbeispiele zu kränkendem Führungsverhalten

1. Nachmittag:

- Belastungsabbau / Ressourcenaufbau / Stressbewältigung (1. für sich und 2. für die Mitarbeiterinnen/ Mitarbeiter)
- Selbstcheck: Führungsverhalten unter Stress
- Self Care für Führungskräfte (Abschalten nach Feierabend, besser schlafen etc.)
- optional (freiwillig): Progressive Muskelentspannung

2. Vormittag:

- Anerkennung als Basisdimension gesunder Führung :
- weitere Dimensionen gesundheitsgerechter Führung: Interesse / Aufmerksamkeit, Stimmung / Klima, Transparenz / Durchschaubarkeit
- hierin enthalten:
- Kollegiale Beratung („Das Highlight“)

2. Nachmittag:

- Gesprächsleitfaden für den Umgang mit belasteten Mitarbeitern
- Grenzen der Führungskraft
- ggf. professionelle Hilfen (wer ist Ihr Betriebsarzt, was macht die FaSi etc.)
- Quiz plus Fragebogen über alle 6 Dimensionen: Führe ich gesundheitsgerecht?
- Selbstvertrag und Überreichen der CareCard als Transferhilfe
- Feedbackrunde

In der Regel an beiden Tage 09.00 – 17.00, darunter 1 Entspannungsübung – ½ USt optional für "Freiwillige"), maximal 12 TN ohne direkte Führungsbeziehung; 3 Pinwände, 2 Flipcharts, 1 Beamer, Moderationsmaterial (Pins, Karten in verschiedenen Farben, Stifte)

Bestandteil aller do care!® -Veranstaltungen ist eine CareCard für alle TN sowie „merci“ - Schokolade.



Anmeldeformular

Hiermit melde ich mich zum

Train-The-Trainer Seminar

„Gesund führen – sich und andere“ nach Dr. A.K. Matyssek

in

Marburg, Hotel Dammmühle

1. bis 3. Februar und 7. bis 9. März 2012,

Beginn jeweils Mittwoch 13:00 Uhr und Ende Freitag 16:30 Uhr.

Qualitätswerkstatt* am Freitag, der 21. September 2012, 8:30 Uhr bis 18:30 Uhr

verbindlich an.

Die Teilnahmegebühr von 1.490,00 € überweise ich bis spätestens 4 Wochen vor Seminarbeginn auf das Konto 1012031242 bei der Sparkasse Marburg-Biedenkopf (BLZ 533 500 00), Barbara Schade.

Name

Firma

Adresse

Telefonnummer

E-Mail

Barbara Schade **Gesund Führen**, Lizenznehmerin von

