



*Sie sehen hier nicht das Video mit Ton und
Person, sondern nur die dazugehörigen Folien –
danke für Ihr Verständnis!*

Gesund Führen

... in digitalen Zeiten

Ein Video!

Wieso ein Video?!

Wieso ein Video?!

Spart Zeit ...

Spart Unterwegs-Sein ...

Spart Geld ...

Spart Mehrfach-Auftritte ...

Spart Personal ...



Das macht etwas mit der Psyche

- mit Ihrer eigenen und mit der Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.**



Kommunikation verändert sich

durch

- **Mobilität**
- **Arbeitsverdichtung**
- **Vernetzung**

Geht Führung
jetzt anders?



Gesund Führen in digitalen Zeiten - Übersicht -

3x Tipps zum Gesund Führen:

- 1. Für den Umgang mit Mitarbeitenden**
- 2. Für den Umgang mit Ihrer Führungskraft**
- 3. Für den Umgang mit sich selbst**



Tipps zum Gesund Führen in digitalen Zeiten:

Für den Umgang mit Ihren Mitarbeitenden



Wenn Sie Ihre Mitarbeiter mögen, dann ...

... sorgen Sie für persönliche Kommunikation

... verzichten Sie auf Dauer-Erreichbarkeit

... zeigen Sie mit Vertrauen Wertschätzung



Tipps zum Gesund Führen in digitalen Zeiten:

Für den Umgang mit Ihrer Führungskraft

*Der Bund muss sparen,
aber Sie schaffen das schon:*

*Erledigen Sie mal mit der Hälfte der
Leute in der Hälfte der Zeit das doppelte
an Vorgängen!*



Wenn Sie Ihre Behörde mögen, dann ...

... geben Sie Ihrer Führungskraft Feedback

... stellen Sie mutig vor Ihre Leute

... haben Sie den Mut zum Nein-Sagen

Meine Bitte an Sie:

**Geben Sie das auch an
IHRE Führungskräfte
weiter!**



Tipps zum Gesund Führen in digitalen Zeiten:

Für den Umgang mit sich selbst

Die Psyche ist nicht 3.0 ...

**Die Psyche ist langsam.
Und altmodisch.**



Wenn Sie sich mögen, dann ...

... gönnen Sie sich Auszeiten

... sorgen Sie für arbeitsfreie Intervalle

... achten Sie auf Kontrastprogramme



FAZIT:

**Die 4-M-Regel =
Man muss Menschen mögen.**

**Wertschätzung ist
unverzichtbar.**

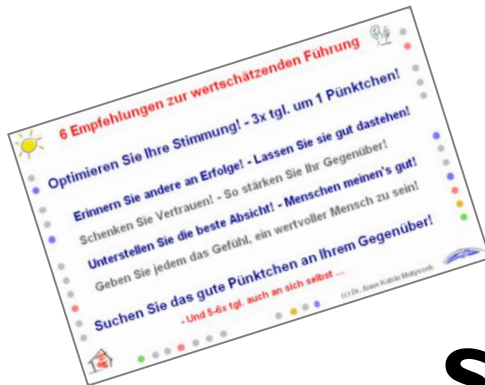


Blicken Sie aufs Gute!

Haben Sie Vertrauen!

Schauen Sie auf Stärken!

Schaffen Sie sich Oasen der Achtsamkeit!



**Passen Sie
gut auf sich auf!**



**Wenn nicht Ihrer Behörde oder Ihren
Mitarbeitenden zuliebe,
dann vielleicht mir zuliebe ...**

**Mir ist auch wichtig, dass Sie noch
gesund in Pension gehen und davon
auch noch etwas haben!**

do care!

Auf meiner Website finden Sie viele vertiefenden Informationen.

**Viele auch kostenlos:
Texte, Videos, Podcasts und mehr!**



www.do-care.de

**Wir sehen uns gleich
wieder!**

Was sind Ihre Erfahrungen mit ...

*... der
Arbeitsverdichtung?*

*... der verstärkten
Mobilität?*

*... der veränderten
Kommunikation in
virtuellen Teams?*

*... dem Zwang zur
Vernetzung?*

*... der Dauer-
Erreichbarkeit?*