

## Resilienz für Führungskräfte

### Stärken Sie Ihre Widerstandsfähigkeit und die Ihrer Mitarbeitenden

#### Seminarbeschreibung

Schwierige Situationen und anspruchsvolle Herausforderungen gehören zum Alltag einer Führungskraft. Wie kann ich diesen Anforderungen souverän begegnen und mich mein Team für den Umgang mit Herausforderungen stärken?

Mit diesem Seminar erweitern Sie Ihr Wissen zum Thema Resilienz, lernen neuen Handlungsmöglichkeiten kennen und nutzen die unterschiedlichen Resilienzfaktoren für die Entwicklung Ihrer Führungsqualitäten. Sie erhalten wertvolle Anregungen für einen ressourcen – und lösungsorientierten Umgang miteinander und erstellen einen individuellen ersten Aktionsplan für die Praxis.

#### Inhalte

##### Resilienz als Kernkompetenz von Führung

Resilienz, Stressmanagement, Gesunde Führung und Gesundheit- eine kurze Einordnung der unterschiedlichen Begriffe

Was ist Resilienz und wie ist kann ich als Führungskraft diese Kompetenz entwickeln?  
Erkenntnisse aus der Resilienzforschung und Kennenlernen des Resilienz- Konzeptes

##### Die eigene Widerstandsfähigkeit stärken

Wie resilient bin ich als Führungskraft? Individuelle Analyse der eigenen Widerstandsfähigkeit  
Persönliche Erfahrungen in Erfolgs- Faktoren verwandeln  
Steuerungselemente für ein gesundes Energie- und Ressourcenmanagement  
Entwicklung erfolgreicher Strategien für den souveränen Umgang mit Problemen und Belastungen

##### Resilienzförderung bei Mitarbeitenden

Möglichkeiten und Grenzen der Resilienzförderung durch die Führungskraft  
Reflexion des eigenen Führungsstils  
Entwicklung Resilienz- förderlicher Strategien  
Aktivierung von Ressourcen und Stärken bei Mitarbeitenden

##### Resilienz- Baukasten für den Führungsalltag

Was möchte in der Praxis umsetzen? Welche Strategien und Tools möchte ich anwenden?  
Erstellung eines individuellen Aktionsplanes

## Anmeldebedingungen

### Anmeldung und Bestätigung

Nutzen Sie zur Anmeldung bitte das beigefügte Anmeldeformular. Sie erhalten umgehend eine Anmeldebestätigung, sofern das Seminar noch nicht ausgebucht ist.

Die Anmeldefrist endet am **15.4.2024**

### Teilnehmerzahl

Zur effizienten Durchführung des Seminars und zur Einhaltung eines hohen Qualitätsstandards ist die Zahl der Teilnehmer auf max.10 Personen begrenzt. Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs bei uns berücksichtigt. Wir empfehlen Ihnen daher eine frühzeitige Anmeldung.  
Bei einer Teilnehmerzahl unter 6 Personen behalten wir uns vor, das Seminar abzusagen.

### Leistungen

- Durchführung des Seminars incl. Workbook am 14.06.2024 von 09.00-17.00 Uhr
- Tagungsgetränke, Mittagessen und Nachmittagskaffee
- Online Follow Up Termin bei Bedarf zur Transferunterstützung im Arbeitsalltag

### Zahlung

Die Zahlung der Seminargebühr in Höhe von 650,00 € (zzgl. MwSt.) ist 14 Tage nach Rechnungstellung ohne Verzug zu zahlen.

### Datenschutz

Wir speichern Ihre Daten nur, soweit wir dazu gesetzlich verpflichtet sind sowie zur Durchführung des Vertrages, zu steuerlichen Zwecken und in anonymisierter Form zu statistischen Zwecken. Ihre Daten werden vertraulich behandelt, nicht weitergegeben und gelöscht, soweit sie nicht mehr benötigt werden.

### Absage

Wir behalten uns vor, das Seminar aus wichtigem Grund (Erkrankung der Referentin) abzusagen. In diesem Fall sind wir nur zur Erstattung bereits gezahlter Seminargebühren verpflichtet.

### Stornierung der Anmeldung

Eine kostenfreie Stornierung ist bis zum 14.5.2024 möglich.

Ab dem 15.5.2024 fallen Stornierungskosten in Höhe von 50 % der Seminargebühr an. Ein Ersatz- Teilnehmer/ eine Ersatzteilnehmerin kann benannt werden.

Die Abmeldung muss schriftlich (E-Mail oder postalisch) an die Veranstalterin erfolgen.

## Anmeldung

Zu dem Seminar

Resilienz für Führungskräfte-  
Stärken Sie Ihre Widerstandsfähigkeit und die Ihrer Mitarbeitenden

am 14.06.2024 von 09.00-17.00 Uhr im Strandhotel Bene, Am Südstrand 17, 23769 Fehmarn melde ich mich verbindlich an.

Die Seminaurausschreibung habe ich zur Kenntnis genommen. Die beiliegenden Anmeldebedingungen erkenne ich an.

Name: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Datum und Unterschrift: \_\_\_\_\_

Verbindliche Anmeldung bis zum 14.04.2024  
per E-Mail an [mail@kirstenoeser.de](mailto:mail@kirstenoeser.de)