



ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Das Inhouse-Firmenseminarangebot des Weiterbildungszentrums Donau-Ries und der Hochschule Augsburg – Fakultät für Wirtschaft – richtet sich an Führungskräfte, Fachspezialisten und Nachwuchskräfte in Unternehmen. Diese unterstützen wir, ihr vorhandenes Wissen gezielt zu aktualisieren und Managementwissen zu erwerben. Kompetenzen können so praxisnah vertieft werden.

Wir bieten Ihnen

- Weiterbildung auf Hochschulniveau
- 1- bis 2-tägige Module als Inhouse-Veranstaltungen, je nach Bedarf mit Ausweitung oder Kürzung
- Ausrichtung auf die Schwerpunkte und Anforderungen Ihres Unternehmens
- eine aktive Einbeziehung aller Teilnehmer durch Erfahrungsaustausch, Gruppenarbeit und aktuelle Fallstudien
- die Möglichkeit der Integration Ihrer firmeninternen Trainer sowie Ihrer bestehenden Weiterbildungsaktivitäten

Aktuell, fundiert und praxisorientiert - das ist unser Anspruch, den wir für Sie realisieren.

Impressum:
Verantwortlich
Präsident
Prof. Dr.-Ing. Dr. h.c. Hans-Eberhard Schurk
Hochschule für angewandte Wissenschaften Augsburg
An der Hochschule 1, 86161 Augsburg
Telefon: +49 (0)821-5586-0
Telefax: +49 (0)821-5586-3222
info@hs-augsburg.de

Verantwortlich für den Inhalt:
Prof. Dr. Erika Regnet
Hochschule Augsburg, Fakultät für Wirtschaft



EUROPÄISCHE UNION
EUROPÄISCHER SOZIALFONDS

ESF IN BAYERN
WIR INVESTIEREN IN MENSCHEN



Hochschule
Augsburg University of
Applied Sciences

Weiterbildungszentrum
Donau-Ries

KONTAKT

Gerne beraten wir Sie zu allen Fragen rund um das Thema Inhouse-Firmenseminare. Selbstverständlich stehen wir Ihnen bei der Planung Ihrer maßgeschneiderten Firmenschulung kompetent zur Seite.

Bitte kommen Sie auf uns zu. Wir freuen uns auf Sie.

Weiterbildungskoordination für Inhouse-Firmenseminare der Hochschule Augsburg:

Prof. Dr. Erika Regnet
Vera Krieger, Dipl.-Betriebswirtin (FH)

Hochschule Augsburg
Fakultät für Wirtschaft
An der Hochschule 1
D-86161 Augsburg
Telefon: +49 (0)821/5586-2921 oder -2912
erika.regnet@hs-augsburg.de
vera.krieger@hs-augsburg.de
www.hs-augsburg.de/unternehmen/if

Ansprechpartner für offene Seminare und Inhouse-Firmenseminare am Weiterbildungszentrum Donau-Ries in Nördlingen:

Technologie Centrum Westbayern GmbH
Frau Manuela Jenewein
Emil-Eigner-Str. 1
D-86720 Nördlingen
Telefon: +49 (0)9081/8055-102
manuela.jenewein@tcw-donau-ries.de
www.tcw-donau-ries.de



Fakultät für Wirtschaft

Inhouse-Firmenseminare Gesunde Führung



Hochschule
Augsburg University of
Applied Sciences

Weiterbildungszentrum
Donau-Ries



GESUNDE FÜHRUNG

Zielsetzung

Der Erhalt und die Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden der Mitarbeiter sind Voraussetzungen für hervorragende Unternehmensergebnisse. Um die Leistungsfähigkeit und Gesundheit der Mitarbeiter langfristig zu sichern, ist es notwendig, den Gesundheitsaspekt stärker in das Führungshandeln zu integrieren. Führungskräfte sollten wissen, an welchen Stellen sie sinnvoll ansetzen können, um gezielt

- Arbeits- und Leistungsfähigkeit zu erhalten
- Gesundheit zu schützen
- Zufriedenheit und Mitarbeiterbindung zu stärken.

Dazu gehören neben der Gestaltung des Arbeitsumfeldes und der Arbeitsorganisation vor allem Maßnahmen zur Stress- und Konfliktprävention in der eigenen Abteilung, im eigenen Team und das entsprechende „Coaching“ der Mitarbeiter.

Die Vorbildfunktion ist dabei entscheidend. Jede Führungskraft sollte sich daher mit dem eigenen Stress- und Konfliktverhalten auseinandersetzen und geeignete Optimierungsstrategien entwickeln. Unser Schulungsangebot umfasst deshalb Seminare mit Workshopcharakter, die Fach- und Führungskräfte gezielt unterstützen, einen gesunden Führungsstil zu fördern und (psychische) Belastungen zu erkennen und zu reduzieren.

Methoden

Key-Note-Vortrag, aktive Erarbeitung an Beispielen und Fallstudien in Workshops, Follow-ups zum Workshop, Erfahrungsaustausch, außerdem:

- Selbsttests „Mein Führungsstil“ und „Aktueller Stress-Status“
- Praktische Entspannungsübungen
- Erfahrungsaustausch der Teilnehmer
- Rollenspiele und Simulationen zur gesundheitsförderlichen Gesprächsführung im Mitarbeitergespräch
- Reflexion

UNSER SCHULUNGSANGEBOT

Zielgruppe

- Fach- und Führungskräfte aller Funktionsbereiche
- Team- und Gruppenleiter
- Nachwuchskräfte zur Vorbereitung auf eine erste Führungsposition
- HR Professionals

Dauer

Schulungen von 1 bis 2 Tagen

Weitere Themen können bedarfsorientiert zugeschnitten werden.

Gesund führen (1 Tag)

- Alltagstaugliche Maßnahmen zur persönlichen Gesundheitsförderung
- Analyse des eigenen Führungsstils
- Gesundheitsgefahren für sich selbst und bei Mitarbeitern
- Gesundheitsfördernde Verhaltensweisen
- Aufbau gesundheitsfördernder Strukturen

Mit Stress gesund umgehen - Gesunde Work-Life-Balance (2 Tage)

- Übung: Stress-Selbsttest - Wie gestresst bin ich?
- Stressauslöser & Stresssignale - körperliche und psychische Stressreaktionen
- Entspannungstechniken und Work-Life-Balance
- Mitarbeiter-Check: Überforderung beim Mitarbeiter erkennen
- Was ist ein gesunder Führungsstil? - Die 6 Hauptfaktoren für gesunde Führung
- Übung: Selbsttest zum persönlichen Führungsstil - Wie gesund ist mein Führungsstil?
- Fakten zu Zusammenhängen von Führung und Gesundheit
- Das gesundheitsfördernde Mitarbeitergespräch

Mitarbeiter mit psychischen Erkrankungen (1 Tag)

- Frühwarnzeichen erkennen
- Burnout-Warnsignale und Prävention
- Umgang mit psychischen Erkrankungen
- Einfluss von Führungsverhalten auf die Mitarbeitergesundheit

SEMINARLEITUNG

Prof. Dr. Erika Regnet

Studium der Psychologie und der Wirtschaftswissenschaften in München und Bayreuth. Danach 10-jährige Berufserfahrung in leitenden Personalfunktionen, u.a. in der Managementausbildung beim USW Schloss Gracht und Leiterin der Personalentwicklung der KfW. Inhaltliche Schwerpunkte: HR Management, Personalentwicklung, Führung von Mitarbeitern, Demographische Entwicklung.

Andrea Sulzer-Mayr, Dipl.-Betriebswirtin (FH)

Studium der Betriebswirtschaftslehre an den Hochschulen Augsburg und Würzburg. Danach langjährige Berufserfahrung in verschiedenen Personalfunktionen; zuletzt als Leiterin der Personalentwicklung der Zott SE&Co.KG. Ausbildung zum Six Sigma Black Belt und Insights MDI Coach. Inhaltliche Schwerpunkte: Betriebliches Gesundheitsmanagement, Personalentwicklung, Kommunikation & Gesprächsführung.

Ulrike Tielemann, Dipl.-Päd.

Studium der Pädagogik mit Schwerpunkt Erwachsenen- und Weiterbildung, Abschluss an der Universität Augsburg. Langjährige Berufserfahrung im Trainingsprojektmanagement und der Durchführung von Trainings im internationalen Umfeld. Zertifikat Hochschullehre Bayern. Inhaltliche Schwerpunkte: Seminar- und Trainingsmethoden, Mitarbeitercoaching, Soft Skills, Themen der Selbstorganisation und des selbstgesteuerten Lernens.