

## Wie werden wir steigenden beruflichen Herausforderungen am Arbeitsplatz gerecht und bleiben dabei selbst nicht "auf der Strecke"?

**Zielgruppe:** Führungskräfte, Mitarbeiter/-innen der Landratsämter

### Seminarinhalt:

Unsere Arbeitswelt befindet sich im Umbruch und Entwicklungstrends scheinen sich zu überschlagen.

Gleichzeitig aber nehmen "Mobbing", innere Kündigung, chronische berufsbedingte Erkrankungen oder steigender Konsum an Psychopharmaka kontinuierlich zu. Etwas scheint aus dem Ruder zu laufen:

- Denn Stress, Hast und Hetze, einschließlich Fehler aus Zeitmangel- sind bekanntlich keine Erfolgsgaranten.
  - Ein Berufsleben "wie ein Hamster im Rad" - dazu gibt es durchaus humanere und effektivere Lösungen!
- Diese aufzuzeigen, ist Ziel unseres Seminars.

Die Teilnehmer erlernen Wege und Strategien zur individuellen Potentialentwicklung, die eine Balance zwischen beruflichen Herausforderungen und einer Prävention von Burn-Out sicherstellen soll. Dazu gehört auch, eigene Stressbelastungsgrenzen zu erkennen und diese auf einem hohen Level einzubeziehen. Methodenkompetenzen dazu werden vorgestellt.

### Themenschwerpunkte:

- Aufgabenbezogenes Führungskräfte- und Mitarbeiterverhalten
- Die richtigen Fragen zum richtigen Zeitpunkt zu stellen
- Eigene Denkmuster und Denkfallen erkennen und darauf zu reagieren
- Stressabbau-Management
- Fachliches Know-how
- Wege zur Mentalen und Körperlichen Fitness
- Häufigste Kommunikations- und Managementfehler überwinden
- Zielklarheit im Management - angepasst an die jeweiligen Herausforderungen
- Innere und äußere Konflikte bearbeiten -nicht aussitzen- aber wie?
- Kommunikationsdiagnostik im Umgang mit "schwierigen Zeitgenossen"
- Wie moderiere ich eine Beratung zum Erfolg?
- Grundlagen: Rhetorik, Dialektik, Verhandlungstechnik
- Herausforderungen als Training für mentale und körperliches Fitness aktiv einbinden

<b>Termin</b>	<b>Ort</b>	<b>Kosten</b>
<b>05.07.2021</b>	<b>Erfurt</b>	<b>Mitglieder: 15,00 € (Thüringer Landkreise)</b> <b>Nichtmitglieder: 50,00 €</b>

**Dozent/-in** Dr. Barbara Wardeck-Mohr

**Anmeldeschluss: Vier Wochen vor Seminarbeginn**