

***Gesundheit ist weniger ein Zustand, als eine Haltung.
Und sie gedeiht mit der Freude am Leben.***
Thomas von Aquin

**Leben, was gesund macht.
Baustein 3:
Selbstwirksamkeit als Führungsfaktor - so bleiben Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gesund!**

Termin : **16.** (12:30 bis 18:00 Uhr) und **17.** (09:30 bis 14:00 Uhr) **Juni 2016**

Ort : Zentral- und Landesbibliothek Berlin, Breite Straße 35/36, 10178 Berlin,
Kleiner Säulensaal, EG

Veranstalter : Initiative Fortbildung für wissenschaftliche Spezialbibliotheken und verwandte
Einrichtungen e.V.

Unser Fortbildungsangebot richtet sich an Führungskräfte und Nachwuchsführungskräfte gleichermaßen.

Sie erleben – wie die meisten Menschen – oft wenig Selbstwirksamkeit am Arbeitsplatz. Der Begriff Selbstwirksamkeit bezeichnet die Erwartung, kraft der eigenen Kompetenzen gewünschte Handlungen erfolgreich ausführen zu können. (Bandura 1970). Vereinfacht ausgedrückt: wir sind in der Lage, das zu tun, was wir wirklich tun wollen.

Führungskräfte gehen in der Regel davon aus, dass es ihre Aufgabe sei, bei Bedarf das Verhalten anderer Menschen zu verändern, zu verbessern, kurz: zu steuern. Das ist ein energieaufwändiger Prozess, der erkenntnistheoretisch und praktisch nicht funktionieren kann.

Die zentrale Frage lautet daher: welche Möglichkeiten der Steuerung und der Veränderung stehen mir als Führungskraft faktisch offen?

- **Reflektieren** der inneren und äußeren „Zwänge“, Glaubenssätze und Muster
- **Erkennen** der Wechselwirkung auf das eigene Denken, Handeln und der Kommunikation
- **Umsetzen**, zeitnah: nicht erst das Eine oder Andere versuchen, nicht „lernen“ wollen - einfach machen.

Dieses sind die drei Schritte auf dem Weg zur Selbstwirksamkeit und damit zu einer *Gesundheit als Haltung*. Für Führungskräfte eine besondere Herausforderung – schließlich geht es hier nicht nur um die eigene, sondern um die Gesundheit ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Nutzen und Ziele:

- Die Führungskräfte entwickeln ein Bewusstsein für ihre eigene Gesundheit. Sie werden sensibilisiert für Überlastungssituationen: was schwächt, und was stärkt meine eigene Gesundheit und die meiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter?
- Sie nutzen Humor als Gesundheitsförderer
- Sie überprüfen ihr Rollenbild und ihre eigenen Muster und das Bild, das sie von ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern haben
- Sie reflektieren ihren Führungs- und Kommunikationsstil und lernen die Perspektive ihrer Mitarbeiterinnen/ihrer Mitarbeiter einzunehmen
- Sie erkennen die gesundheitlichen Auswirkungen von Demotivation und Kränkung
- Sie erstellen ihr eigenes selbstverantwortetes Modell gesunder Führung
- Sie setzen die neu erworbenen Kenntnisse zeitnah konkret in die Praxis um.

Workshopinhalte:

- die Eckpfeiler der gesunden Führung – Wechselbeziehungen kennen und verstehen
- Vertrauen und Wertschätzung – Vertrauen führt
- offene Kommunikation heißt, miteinander reden
- Konflikte gesund lösen
- Führungsstil und Menschenbild– Auswirkungen auf die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
- Arbeitsplatzgestaltung, wie wichtig ist der äußere Rahmen?
- Leistungerschöpfung wie burn out und andere psychische Erkrankungen – erkennen und gegensteuern
- Frühwarnsysteme und Prävention: „Wehret den Anfängen“

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind aufgefordert, ihre konkreten Fragen und Beispiele einzubringen. Je intensiver diese Möglichkeit genutzt wird, desto größer dürfte der unmittelbare Nutzen dieses Fortbildungsangebots für den eigenen Arbeitsplatz sein!

Methoden: Organigramm, Visualisierungen, zirkuläres Fragen, systemische Perspektivwechsel, Kleingruppenarbeit, Fallbeispiele bearbeiten, Reframing, Reflecting Team.
Im Workshop werden Erkenntnisse moderner Gehirnforschung, systemischen Denkens und der Kybernetik 2. Ordnung eingesetzt, um nachhaltiges Lernen zu ermöglichen.

Referentin : **Sylvia von Froreich, Dipl. Päd.**, systemischer Coach und Supervisorin.

Teilnehmerzahl : max. 15 Personen

Kostenbeitrag : EURO 145,-- (early bird-Tarif, bei Anmeldung bis zum 13. Mai 2016);
danach: EURO 170,--
Bitte beachten Sie die neue Gebührenregelung für unsere Mitglieder!

Anmeldung : mit Angabe der Rechnungsadresse bei Evelin Morgenstern –
morgenstern@initiativefortbildung.de
www.initiativefortbildung.de

Unterkunft : Fußläufig zum Tagungsort gelegen sind z.B. das

Hotel Motel One
... Berlin-Spittelmarkt berlin-spittelmarkt@motel-one.com
und das
... Berlin-Alexanderplatz berlin-alexanderplatz@motel-one.de

Wir bitten um Selbstbuchung!

-