



CARNA • Journal

**Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Geschäftsfreunde,
liebe Verbundbetriebe,**

heute erhalten Sie die 37. Ausgabe unseres CARNA Journals. Es geht um Führungswillen und -fähigkeit sowie über die Selbstbeobachtung des eigenen Verhaltens.

Profitieren auch Sie von den Erfahrungen des Verbundprojektes CARNA und erhalten Sie weitere Informationen unter www.carna-verbund.de.

Viel Freude beim Lesen!

Das Glück des Chefs als Gesundheitsmaßnahme

Aufgabenorientiertes Vorgehen arbeitet mit klaren Vorgaben und dem Überwachen der Zielerreichung. Wer beziehungsorientiert führt, schafft eine positive Arbeitsbeziehung, in der die Bedürfnisse der Mitarbeitenden im Fokus stehen. Den stärksten Einfluss hat der veränderungsorientierte Ansatz. Dieser motiviert Mitarbeitende aus eigenem Antrieb heraus über sich selbst hinauszuwachsen und Veränderungen offen gegenüberzustehen

Die Art des Führens beeinflusst das Wohlbefinden der Mitarbeiter und nicht zu vergessen, das persönliche Wohlergehen der Führungskräfte. Lange hatte sich in Forschung und Firmen kaum jemand für das Glück und die Gesundheit von Führungskräften interessiert. Erst in den letzten Jahren hat sich das geändert. „Es wurde sogar als eine Art Tabuthema gesehen, da es nicht unseren Erwartungen entspricht, dass Führungskräfte über eigene Belastungen und Stress sprechen“,

INHALT

- ⇒ Das Glück des Chefs als Gesundheitsmaßnahme
- ⇒ Wissen Sie, wer Sie wirklich sind?
- ⇒ Veranstaltungstipps



Wenn Sie näheres zu einem Thema erfahren möchten oder ein Thema aus Ihrer Sicht erwähnt werden soll, sprechen Sie uns an. Wir freuen uns, Ihr Interesse an sicheren und gesunden Arbeitsplätzen geweckt zu haben.

sagt die Psychologin Antonia Kaluza von der Universität Frankfurt.

Die Förderung des Wohlbefindens von Führungskräften ist daher ein wichtiger Ansatzpunkt für Gesundheitsmaßnahmen in Unternehmen.

Gute Chefs unterstützen,
statt zu belehren



Führungswille und -fähigkeiten trainieren

Für die Führungsebenen (inklusive Disponenten, Schichtleiter, Vorarbeiter), sind nicht nur fachliche Kompetenzen gefragt, sondern inzwischen auch unternehmerische Weitsicht mit Führungsaufgaben.



in Kooperation mit



KONTAKT



Anika Klug-Winter
Leiterin BGM

uve GmbH für
Managementberatung

☎ (030) 31582 464

✉ a.klug@uve.de



Isabelle Oehse
Gesundheitspädagogin

uve GmbH für
Managementberatung

☎ (030) 31582 531

✉ i.oehse@uve.de



Um eine Führungsrolle erfolgreich auszuüben, braucht es Eigenverantwortung, Teamdenken sowie ein proaktives Führungsverhalten. Wie können Sie Ihre Führungsebenen dabei stärker unterstützen? Indem Sie sie

- ⇒ in der Kommunikation,
- ⇒ in ihrer Resilienz,
- ⇒ in ihrer Führungsqualität trainieren.

Führungskräfte lernen im Training das Gesagte und das Gehörte zu unterscheiden, Konflikte durch klare Formulierungen vorzubeugen und Anweisungen so zu artikulieren, dass sie als Vorgesetzter wahrgenommen werden und gleichzeitig kollegialen Begleiter sind. Durch die Resilienzförderung werden die Führungskräfte überzeugt, ihre persönliche Widerstandskraft als ein wesentliches Mittel zur Bewältigung von schwierigen Führungssituationen und Veränderungen zu verstehen. Gezielte Übungen unterstützen sie die eigene Wider-

standskraft positiv zu beeinflussen, um diese als persönliche Kraftquelle im Alltag stärker zu nutzen.

Ein Rollenwechsel vom Mitarbeiter zur Führungskraft mit Verantwortungen benötigt Instrumente für die praktische Arbeit. Denn trotz Regelungen, bleiben genügend Unwägbarkeiten und Besonderheiten in der Führungsarbeit übrig. Um die Rolle als Führungskraft gerecht zu werden, erhalten sie Handlungsinstrumente und verbessern dadurch ihre Führungsqualität. Sie werden in ihrer Rolle sicherer und selbstbewusster.

Zudem werden sie über die Erfordernisse gesetzlicher Bestimmungen zur Dokumentation aufgeklärt und angehalten diese zu erfüllen. Denn diese Pflicht gehört genauso zur Führungsarbeit, wie auch eine störungsfreie Teamarbeit aufrechtzuerhalten.

Wir unterstützen Ihre Führungskräfte gern dabei, ihre Rolle als integre Leitungsperson authentisch, selbstsicher und konsequent auszuführen.

Selbstreflexion – Was steckt hinter Ihrem Verhalten?

Wie wirke ich durch mein Verhalten auf andere Menschen? Es geht um die Fähigkeit vorauszusehen und einschätzen zu können was ein angedachtes Handeln mit sich bringt. Menschen mit der Fähigkeit zur Selbstreflexion

- ⇒ können einen kritischen Blick auf ihre Gedanken, ihre Gefühle und ihr Verhalten werfen.
- ⇒ agieren stets überlegt, anstatt unüberlegt die Meinung kundzutun.
- ⇒ kennen ihre Schwächen, Stärken, Eigenarten und Vorlieben.
- ⇒ können das eigene Verhalten objektiv wahrnehmen, bewerten und erklären.



3 Fragen, um sich besser kennenzulernen.

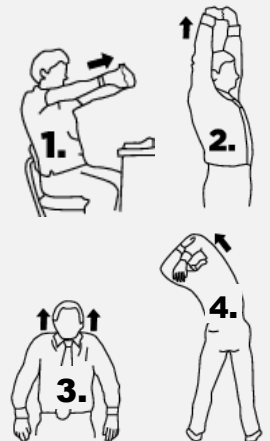
1. Wer kann Ihnen was sagen und wer nicht? Warum?
2. Was hat mich heute motiviert?
3. Würden Sie jede Entscheidung, die Sie getroffen haben, noch einmal treffen?

Wer über die Fähigkeit zur Selbstreflexion verfügt, kennt seine Stärken und Schwächen und kann pro-aktiv, statt passiv auf Schwierigkeiten, Unangenehmes, Kritik, und Konflikte reagieren.

Interesse an Ansatzpunkte, um Eindruck und Wirkung zu verbessern? Sprechen Sie uns an.

Mitmachen

2 Minuten Workout



Veranstaltungen

Merken Sie sich schon heute die Termine in Ihrem Kalender vor.

Erfahrungsaustausch Digitalisierung

Wann: 12./13.03 2020

Wo: Berlin

[Anmeldung](#)

24. CARNA

Erfahrungsaustausch

Wann: 22./23.04.2020

Wo: Berlin

[Anmeldung](#)

Gesunde Tourenplanung

Wann: 28.04.2020

Wo: Erfurt

[Anmeldung](#)

Interesse geweckt? Sprechen Sie uns direkt an.