

# Mit Leichtigkeit und Stärke durch Veränderungsprozesse gehen

## Gesunde Führung – durch innere Balance und Kraft, mit Werten und Motivation

Fordern und Fördern – Ihre vielseitigen Aufgaben als Führungskraft.

Sie, als Führungskraft, sind ständigen Herausforderungen ausgesetzt. Die Generation X bis Z, New Work sowie die Globalisierung und Digitalisierung stellen täglich neue Anforderungen an Sie. Ihnen sind die Auswirkungen von Belastungen, Stress sowie Fehlzeiten der einzelnen Mitarbeiter auf Ihr Unternehmen und Ihr Team bekannt.

Sie stehen unter Anspannung und das hat Auswirkungen auf Ihr Handeln. Durch Ihr Führungsverhalten nehmen Sie in allen Bereichen des Arbeitslebens Einfluss auf Ihre Mitarbeiter. Hier sind Sie mit Ihrer Widerstandskraft, klaren Zielen und dem Vertrauen in jeden einzelnen Mitarbeiter gefragt.

Es liegt an Ihnen, alle Teammitglieder der älteren und neuen Generation für Ihre Ziele und Visionen zu begeistern.



Seien Sie ein Vorbild für Ihre Mitarbeiter, bauen Sie Beziehungen auf und Ihr Team wird Ihnen vertrauen und folgen.

### Worum geht es?

- Gesunde Selbstführung und Widerstandskraft – Führungskraft als Kraftquelle
- Interne Kommunikation, Teamkultur und Feedback fördern
- Leadership in der vielschichtigen VUCA-Welt
- Situativ und mitarbeiterspezifisch führen
- Change Management – Veränderungen initiieren und begleiten

### Sie werden

- Ihre Bedürfnisse in Verbindung mit Ihrer Aufgabe ermitteln und analysieren.
- Stressoren erkennen und Bewältigungsstrategien entwickeln.
- Führungsverhalten und Gesundheit – Auswirkungen, Chancen und Grenzen.
- Rahmenbedingungen für gesundheitsförderliches und eigenverantwortliches Verhalten.
- Spaß und Freude erleben und dennoch effektiv arbeiten.

### Zielgruppe

Inhaber, Geschäftsführer, Führungskräfte und Nachwuchsführungskräfte, die

- mehr Leichtigkeit im Arbeitsalltag erleben möchten.
- lernen möchten, ihren Mitarbeitern mehr Raum zu bieten.
- sich und ihre Mitarbeiter als Einheit erleben wollen.

### Dauer pro Seminarthema

- 2 Tage  
plus zwei Follow-up-Termine zum Feedback und Festigung der gemeinsam erarbeiteten Inhalte.



**Klaudia Sachs**  
Bewusste Kommunikation

Seestraße 74 / D-12589  
+49 179 5112033  
sachs-training@email.de  
www.sachs-training.de

