

Work-Life-Balance für Führungskräfte - Impulsvortrag -

- Ziele:** Die Teilnehmer
- können den Begriff Work-Life-Balance zuordnen,
 - reflektieren ihre eigene Situation,
 - betrachten die Wechselwirkungen zwischen den verschiedenen Lebensbereichen (Work-Life-Balance),
 - verstehen die Bedeutung eines ganzheitlichen Zeitmanagements,
 - besprechen die Auswirkungen des Mental Workloads,
 - begreifen positive und negative Auswirkungen einer unausgeglichene Work-Life-Balance,
 - kennen den Teufelskreis mangelnden Zeitmanagements,
 - wissen, wie es zum Burn-out kommt und wie man es verhindern kann,
 - begreifen die Thematik für sich persönlich, aber auch in Ihrer Verantwortung für Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,
 - schaffen ein Bewusstsein für den Umgang mit dem persönlichen Zeitbudget,
 - begreifen die Bedeutung einer hohen Arbeits- und Lebenszufriedenheit.

Inhalt:

- Leben in der High-Speed-Gesellschaft
- Zeit als knappes Gut
- Die Verteilung des eigenen Zeitpotentials
- Teufelskreis des mangelnden Zeitmanagements
- Risiko Burn-out
- Persönliche und berufliche Ziele – Bedingung für den Erfolg
- Vielfalt meiner Rollen und Aufgaben
- Wechselwirkungen zwischen den verschiedenen Lebensbereichen
- Lösungsansatz: Work-Life-Balance
- Verantwortung als Führungskraft
- Stress – muss das sein?

Teilnehmer: Führungskräfte der Ebene 1. und 2. Für den Erfolg der Maßnahmen ist eine möglichst homogene Teilnehmergruppe notwendig. Unter dieser Bedingung können die geplanten Inhalte in der vorgegebenen Zeit vermittelt werden.

Dauer/Termin: 45 Minuten. Termin nach Auswahl des Auftraggebers, ideal als Teil eines Führungskräftemeetings

Ort: Nach Auswahl des Auftraggebers.

- Methode:** Impuls-Vortrag mit vielen plastischen Szenen/Beispielen, in denen sich die Zielgruppe wiedererkennt. Bei dem 45-minütigen Vortrag muss die Dramaturgie extrem straff sein.
- Dozent:** Heinz-Josef Botthof
Diplom-Volkswirt, Organisator MdO, CBPP® (Certified Business Process Professional),
Zertifizierter Blended Learning Online Trainer, Leiter des Bereichs Management Training oder
ein anderer erfahrener Dozent aus dem Team der msg Gruppe.
- Konditionen:** Auf Anfrage.
- Ihr Ansprechpartner:** msg services gmbh
Bereich Management Training
Heinz-Josef Botthof
Bei dem Neuen Krahn 2
D-20457 Hamburg
- Telefon +49 40 3344 150-0
Mobil +49 176 300 66 359
E-Mail heinz-josef.botthof@msg.group
Internet: www.msg-services.de

Wahlweise: Coaching der Teilnehmer im Alltag

- Ziele:** Die Teilnehmer
- werden in der Realsituation im Unternehmen beobachtet und erhalten ein Feedback,
 - erhalten Unterstützung bei der unmittelbaren Umsetzung (gemeinsame Vorbereitung von Workshops, Meetings, Gesprächen usw.)
 - werden in besonderen Situationen unterstützt. Auch bei persönlichen Fragestellungen oder Unsicherheiten.,

Coaching der Teilnehmer im Alltag
--

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Unterstützung der Teilnehmer bei der Umsetzung – während und nach der Maßnahme• Hilfe in besonderen Situationen• Weitere Vertiefung einzelner Inhalte vor dem Hintergrund der aktuellen Aufgaben• Persönlicher „Sparrings-Partner“ der Teilnehmer• Adaptieren allgemeine Lösungen an die Bedingungen bei dem Mitarbeiter |
|--|