



21.–22. Juni
IN HANNOVER

ANMELDUNG

bitte bis zum
07. Juni 2019



Kompetent in Führung 2019

Führungsrolle und psychische Beanspruchung

– Psychische Gesundheit für mich und andere

Führungskräfte tragen nicht nur für die Mitarbeitenden, sondern auch für sich Verantwortung auf dem Weg zur Zielerreichung. Dabei gerät die Balance zwischen Einsatz, Engagement, Leistung und Überforderung manchmal aus dem Blick. Das Seminar gibt Ihnen einen Einblick in wichtige Aspekte psychischer Gesundheit und in Mechanismen von Körper und Psyche. Dies ist sinnvoll, um sich in diesem sensiblen Bereich Mitarbeitenden gegenüber angemessen zu verhalten, aber auch das eigene Verhalten gesundheitsfördernd zu reflektieren.

- + Das Zusammenwirken von bewussten und unbewussten Prozessen
- + Gesunde Anforderungen, Arbeitszufriedenheit und persönliche Entwicklung
- + Psychische Ermüdung, Stress, Burnout
- + Der Unterschied zwischen Belastungen und Beanspruchungen
- + Die ganzheitliche Verantwortung für mich und die Mitarbeitenden
- + Handlungsmöglichkeiten und Grenzen bei Gefährdungen

Zielgruppe

- + Hauptberufliche und ehrenamtliche Führungs- und Nachwuchsführungskräfte
- + Team- und Projektleitende
- + Personalverantwortliche und beratende und engagierte Personen

Trainer

Gerd Stöver (Hamburg)

Beginn 1. Tag 10:00 Uhr, **Ende** 2. Tag 16:30 Uhr

Kosten

185,00 € für TN aus Mitgliedsvereinen des LSB Niedersachsen e. V.

370,00 € für alle anderen TN

Inkl. Vollverpflegung, Arbeitsmaterialien, Übernachtung im DZ mit Dusche/WC, Einzelzimmerbuchung nach Verfügbarkeit, EZ-Zuschlag 12,50 € pro Nacht

Veranstaltungsort/Kontakt

Akademie des Sports im LandesSportBundes Niedersachsen e. V.

Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover

Tel.: 0511-1268-305, Fax: 0511-1268-4305

E-Mail: dkrause@akademie.lsb-nds.de

[Die Anmeldung erfolgt über das BildungSportal des LSB Niedersachsen e. V.](#)