# Seminar
## Betriebliches Gesundheitsmanagement

BGM: Psychische Gesundheit

# #WHATSNEXT# FÜHRUNGSKRAFT UND INNERE STÄRKE: WEGE ZU GESUNDER FÜHRUNG

## Kostenfreies Seminar für Führungskräfte: Stresskompetenz für Führungskräfte

Handwerksbetriebe stehen im Alltag oft vor vielen Herausforderungen. Gut, dass es wirkungsvolle Ansätze gibt, die Ihnen dabei helfen, mit Stresssituationen gesund umzugehen und gleichzeitig das Team zu stärken. Einer der zentralen Voraussetzungen für erfolgreiche Führung ist dabei: mentale Selbstführung. Denn wer in der Lage ist die eigenen Belastungen zu regulieren, kann auch andere besser unterstützen- und so die Leistungsfähigkeit des gesamten Teams steigern.

Unser Seminar gibt Ihnen eine praxisnahe Anleitung, wie Sie Ihre eigene mentale Gesundheit stärken und gleichzeitig psychische Belastungen in Ihrem Team erkennen und reduzieren können. Sie lernen, wie durch bewusste Selbstführung und emphatische Mitarbeiterführung auch in wirtschaftlich schwierigen Zeiten effizient und gesund gearbeitet werden kann. Arbeitszufriedenheit, Teamresilienz und Mitarbeiterbindung werden nachhaltig positiv beeinflusst.



### Die Ziele

- Praxisnahe Impulse zur gesunden Selbstführung – denn gute Führung beginnt bei sich selbst
- Strategien zur Stressbewältigung, die im Arbeitsalltag wirklich greifen
- Wie das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) Führung und Teams stärkt
- Austausch mit anderen Führungskräften – offen, direkt und lösungsorientiert

### Gut zu wissen

Die Identifikation und Reduktion von Stress im Betrieb kann für die gesetzlich vorgeschriebene Gefährdungsbeurteilung genutzt werden – insbesondere zur Beurteilung des Gefährdungsfaktors „psychische Belastung“.

ikk-classic.de

### Termin und Ort

**03.03.2027; 10:00 – ca. 15:30 Uhr**
Business-Hotel Artes
Leipziger Straße 214, 09114 Chemnitz
**Dozent:** Dirk Hübel, Buchautor „Gesunde Führung“

### Allgemeine Seminarinfos

- Die Teilnahme am Seminar ist für Sie kostenfrei.
- Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt – Getränke und ein kleiner Imbiss steht für Sie bereit.
- Kostenfreie Parkmöglichkeiten sind vorhanden.

➔ **Jetzt anmelden unter:**
ikk-classic.de/seminare

Oder einfach den QR-Code scannen!