

Stärken stärken - Resilienz für Führungskräfte

Veranstaltungs-Nr. 2023 Q244 SF

Nutzen und Ziele

28.04.2023 09:00 bis 12:00 Uhr

Resilienz ist die Fähigkeit, flexibel, zukunftsorientiert und optimistisch einen Weg auch durch schwierige Zeiten zu finden. Resiliente Führungskräfte erweisen sich gerade in Krisenzeiten als erfolgreich. Das eTraining führt ins Thema ein und unterstützt Sie bei der Stärkung Ihrer persönlichen Resilienz.

Ihr Nutzen

Sie reflektieren typische Stressverläufe und können Ihren eigenen Stresslevel bestimmen. Mit dem Wissen über die Säulen der Resilienz optimieren Sie Ihre persönliche Resilienz als Führungskraft.

- Der typische Stressverlauf
- An welchem Punkt bin ich?
- Die sieben Säulen der Resilienz
 - Wo stehe ich in den einzelnen Säulen?
 - Entwicklung von weiterführenden Lösungen, um die Säulen zu stärken

Stärken stärken - Resilienz für Führungskräfte

Veranstaltungs-Nr. 2023 Q244 SF

Zielgruppe	Führungskräfte aller Ebenen, die Ihre Resilienz stärken möchten.
Termin	28.04.2023
Plattform	Zoom
Dozent*innen	Alwine Heyroth
Teilnahmegebühr	190,00 EUR
Seminarzeiten	Freitag 09:00 Uhr - 12:00 Uhr
Pausenzeiten	Die Dozent:innen legen flexibel oder nach Bedarf Pausen ein.
Arbeitsmittel	keine speziellen Arbeitsmittel benötigt
Online-Evaluation	<p>Am letzten Seminartag erhalten Sie eine E-Mail von der dbb akademie. Bitte bewerten Sie die Veranstaltung über den Online-Fragebogen. Ihre Rückmeldung hilft der dbb akademie, die hohe Qualität der Schulungen dauerhaft zu gewährleisten. Die Bewertung kann (auch anonym) mit Smartphone, Tablet oder PC durchgeführt werden.</p> <p>Die dbb akademie behält sich das Recht des Dozentenaustausches, Terminverschiebungen sowie Aktualisierung der Inhalte vor.</p>

Wissenswertes zu diesem Online-Seminar

Methodik und Ablauf

In diesem Online-Seminar erwartet Sie ein visualisierter Fachbeitrag zu Ihrem Thema. Je nach Verlauf werden Sie entweder über Chat, Mikrofon oder andere Online-Medien aktiv in den Veranstaltungsverlauf eingebunden. Die Dozent:innen entscheiden entsprechend der Seminarsituation über Art und Weise der Beteiligung. Die Inhalte werden anschaulich durch Vorträge, Präsentationen, Fallbeispiele, Diskussionen sowie ggf. durch Gruppenarbeiten oder Feedbackrunden vermittelt. Dabei kommen bewährte Online-Präsentations- und Lernmedien zum Einsatz.

Technische Voraussetzungen

Sie benötigen für die Teilnahme einen PC/Laptop mit Headset und ggf. Webcam. Unabhängig von der eingesetzten Online -Seminarplattform können Sie direkt über Ihren Browser beitreten. Alternativ können Sie die jeweilige Anwendung der Plattform installieren und nutzen.

Mit der Anmeldebestätigung zum Online-Seminar und per E-Mail eine Woche vor Veranstaltungsbeginn erhalten Sie eine Hilfestellung zur Nutzung der jeweils eingesetzten Online -Seminarplattform.

Wissenswertes rund um unsere Online-Seminare finden Sie auch auf unserer [Homepage](#).