LEITLINIEN UND ORGANISATIONSKULTUR		INDIVIDUELLE KOMPETENZ-ENTWICKLUNG		FÜHRUNG UND PERSONALMANAGEMENT		ORGANISATION UND ARBEITSTECHNIKEN	
Werte, Regeln, Vorschriften	Chancen-gleichheit	Gesund bleiben am Arbeitsplatz	Karriere machen bei der Stadt Mannheim	Führung - unsere Grundlagen	Führungs-kompetenz stärken	Projekt- und Prozess-management	Verwaltungs-wissen
Umgang mit Veränderung	Kommunikation, Kooperation & Zusammenarbeit	Persönliche und soziale Kompetenzen	Coachings und Beratungs-angebote	Personal-entwicklung und Recruiting	Arbeitsrecht und Personal-verwaltung	IT-Training	Tools, Arbeits-techniken und -methoden

RESILIENT ARBEITEN – VERÄNDERUNGEN GESUND MEISTERN!
Seminar für Mitarbeiter*innen

BGM-FORTBILDUNGS-ANGEBOT GESUNDHEIT

Zielgruppe
alle Mitarbeiter*innen

Einführung
Ein wiederkehrender Bestandteil unseres Lebens und auch der Arbeitswelt sind Veränderungsprozesse. Diese können Ängste und Unsicherheit hervorrufen. Die Fähigkeit, mit Veränderungen und Herausforderungen gut umzugehen und gleichzeitig das seelische Gleichgewicht zu wahren, wird „Resilienz“ genannt. „Situationselastisch“ (resilient) zu handeln, ist eine Schlüsselkompetenz, die erfolgreiche Teams und Organisationen kennzeichnet.

In diesem Seminar betrachten Sie, welche Auswirkungen anstehende Veränderungen auf das Erleben und Verhalten von Menschen haben und welche Bedürfnisse von Veränderungssituationen betroffen sein können. Damit werden entsprechende Handlungsfelder und -möglichkeiten aufgezeigt. Sie erwerben Wissen darüber, welche Faktoren Ihre Resilienz fördern.

Ziel
- Sie sind aufmerksam für die Bedürfnislagen in Veränderungssituationen bei sich und anderen.
- Sie erhalten Impulse zur Selbstreflexion.
- Sie kennen Ansatzpunkte, um Ihre persönliche Resilienz zu stärken.

Leitlinien- bzw. DV-Bezug
- Wir gestalten eine gesundheitsförderliche Arbeitsumgebung.
- Ich achte auf meine Gesundheit und kenne interne Angebote.

Programm
- Veränderungen und deren Auswirkungen
- Bedürfnisse in Veränderungsprozessen
- Gesundheitsförderlicher Umgang mit Veränderungsprozessen
- Konzept der Resilienz
- Schutzfaktoren der Resilienz
- Individuelle Gestaltungsspielräume erkennen

Seminarnummer:
B.2.1.5

Methode:
Wissensvermittlung, Reflexion, Austausch

Referent*in:
Luca Interlandi
Referent, Trainer
Studieninstitut Rhein-Neckar

Termin:
19.10.2027

Zeit:
08:30 Uhr – 12:30 Uhr

Ort:
Studieninstitut Rhein-Neckar,
U 1, 16-19, 68161 Mannheim
Raum 518

Anmeldeschluss:
05.10.2027

Gebühr:
zentral finanziert

ZUR ANMELDUNG IM PERSONALPORTAL

Sie haben aktuell keinen Zugriff auf das Personalportal? Dann nutzen Sie bitte unser Anmeldeformular.

ANMELDEFORMULAR

