



ADG-Impulswebinar: Resilienz für Teams und Führungskräfte –  
Stärke und (Selbst-) Fürsorge auch in Krisen und Transformation

Buchungsnummer  
**ADG-Impulswebinar**

Als Führungskraft nachhaltig  
leistungsfähig bleiben und das  
eigene Team stärken. Die Rolle  
von Führungskräften beinhaltet  
anspruchsvolle Aufgaben und  
Herausforderungen – vor allem  
in Zeiten, die von  
Transformation und Krise

geprägt sind. Sie sind verantwortlich für die eigene Performance sowie für die ihrer Teams, müssen im Tagesgeschäft mit hoher Arbeitsverdichtung, Ungewissheiten und ständigen Veränderungen umgehen.

Dies alles verlangt sowohl Führungskräften wie auch Mitarbeitenden viel ab. Durch die Corona-Pandemie kommen Zukunftsängste, Arbeiten und Führen auf Distanz hinzu. Die

Beanspruchungen des täglichen Lebens können für Führungskräfte wie auch für ihre Mitarbeitenden zu Stress und damit zur Belastung werden, die die mentale Gesundheit gefährden. Wie können Individuen und Teams vor diesem Hintergrund handlungsfähig und gesund bleiben? Hier kann Resilienz als Widerstandsfähigkeit gezielt aufgebaut und trainiert werden!

Dauer (in Tagen)

**0,3**

Preis

**1.290,00 €**

Aktions- und Gutscheincodes werden im weiteren Bestellprozess berücksichtigt.

### **Beschreibung**

In dem Webinar erhalten Führungskräfte ein Verständnis von Definition und Abgrenzung des Resilienzbegriffes. Sie erkennen die Bedeutung von Resilienz für die bessere Bewältigung von Stress durch Krisen und Veränderungen und erlangen insbesondere die Klarheit darüber, dass sie diese Kompetenz aktiv trainieren, sich selbst und ihre Teams stärken können. Sie erhalten Übungsimpulse, die sie anwenden können.

Ihre Investition für das gesamte Team: 1.290,00 EUR

Dies beinhaltet ein 90-minütiges Impulswebinar für das ganze Team, inkl. Feinabstimmung auf Ihr Haus, Erstellung der Zugangsdaten für das Webinar, Design und Durchführung sowie Verfügungstellung der Aufzeichnung. Die Abrechnung der ADG erfolgt zum Gesamtpreis in Höhe von 3.090,00 EUR

Hinweis Kostenübernahme durch die R+V BKK: Die R+V BKK bezuschusst die Durchführung des Impulswebinars Resilienz mit einem Betrag von einmalig 1.800,00 EUR. Diese Bezuschussung ist im Preis bereits inbegriffen und wird nach der Durchführung des Webinars von der R+V BKK's Bank erstattet.

### **Inhalte**

- Resilienz und psychische Gesundheit
- Definition von Resilienz und ihre Bedeutung im Wandel
- Wie Resilienz uns im Berufsleben stärkt
- Kompetenzaufbau Resilienz – Trainierbarkeit von Resilienz
- Die Rolle von Führungskräften: Resilienz'tigen Handeln trainieren und Grundlagen resilienter Führung kennenlernen
- Übungsimpulse im Rahmen des Webinars, darüber hinaus und für die Arbeit in Teams

### **Nutzen**

- Sie fördern als Arbeitgeber aktiv die Resilienz Ihrer Führungskräfte und leisten damit einen Beitrag zum Erhalt der psychischen Gesundheit.
- Sie erweitern das Angebot Ihres BGM'se Komponente der psychischen Gesundheit.
- Ihre Führungskräfte lernen, was Resilienz bedeutet und wie diese Fähigkeit sie bei den Herausforderungen des Berufslebens stärkt.

- Die Teilnehmenden erhalten einen Überblick über die Möglichkeiten, die persönliche Resilienz aktiv zu stärken und zu trainieren sowie als Führungskraft die Resilienz von Teams zu stärken.
- Das Webinar setzt Impulse, wie Resilienz in die tägliche Praxis integriert werden kann.

## **Dozenten**

Birgit Poisel, gelernte Bankkauffrau und Graduated Sales Manager (EBS) hat über 30 Jahre Berufserfahrung in verschiedenen Rollen in den Bereichen Personalentwicklung, Organisationsentwicklung und Kommunikation im Genossenschaftlichen Finanzverbund.

Mit ihrer umfangreichen Coaching-Expertise als Diplomierte Systemische Coach, Mental-Coach, TSM-Coach, Agile Coach, Insights MDI® Berater und zertifizierter Resilienzberaterin begleitet sie Menschen bei deren persönlichen Entwicklung und in den Phasen von Veränderungsprozessen.

Seit 2020 bildet sie als Lehrcoach auf dem Campus Systemische Coaches und Mentoren aus und begleitet individuelle Inhouse Coaching- und Transformationsprojekte bei Kunden vor Ort oder online.