



# GESUND FÜHREN IM ARBEITSALLTAG



## PUBLIKATION SELBSTCOACHING-KALENDER

Das Kalender-Buch „Gesund führen im Arbeitsalltag“ ist ein ganz-jähriger Begleiter für Führungskräfte mit vielfältigen Anregungen zum gesunden Führen. Immer mehr MitarbeiterInnen spüren die Konsequenzen von Stress, Druck und Überlastung. Um den wachsenden Anforderungen des Arbeitsalltages gerecht zu werden, wird der Aspekt der Gesundheitsförderung in der Führung immer wichtiger. Die Autorinnen Sandra Kuhn-Krainick und Astrid Wilhelm geben ihre langjährige Erfahrung aus Führungskräfte-Trainings kurz, kompakt und praxisnah weiter.

Die Bilder der Künstlerin Susanne Wolf-Kaschubowski unterstreichen die Selbstcoaching-Impulse. Zwölf plus eins Impulse zum gesunden Führen helfen, Balance zwischen Gesundheit und Effizienz im Unternehmen zu schaffen.

- › Handlungsfelder erkennen und Strategien entwickeln
- › Voraussetzungen für gesundes Arbeiten verbessern
- › Vorbild sein und Mitarbeiter mitnehmen
- › Ressourcen aktivieren und Kompetenzen stärken
- › Individualität berücksichtigen und Wertschätzung zeigen
- › Überforderungssignale wahrnehmen und ansprechen
- › Gesundheit als Wert erkennen und fördern

Der Selbstcoaching-Kalender ist Teil unserer nachhaltigen Weiterbildungsmaßnahme Jahresreise®. Gesundes Führen für Führungskräfte, die sich für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter einsetzen wollen.

Preis: 14,80 €

**HIER BESTELLEN**



**SANDRA KUHN-KRAINICK**  
DIPL.-PSYCHOLOGIN

Schälzigweg 31  
D-68723 Schwetzingen  
Tel. +(49) 6202 - 409 67 02

info@institut-kuhn-krainick.de  
www.institut-kuhn-krainick.de  
www.jahresreise.de