WORK-LIFE-BALANCE-KONZEPTE

Beruflicher Erfolg und Karriere fordern überdurchschnittliche Leistung und Energie. Nicht selten bleiben gezielte Entspannung und privater Ausgleich auf der Strecke. Es fehlt den Mitarbeitern die Zeit innezuhalten, das eigene Handeln zu reflektieren und neue Kraft zu tanken. Die Work-Life-Balance gerät in Schieflage.

FACTSHEET

ZIELGRUPPE

Fach- und Führungskräfte aus den Bereichen Personalentwicklung und Personalführung, die nach neuen Lösungswegen für ihre Verantwortungsbereiche und/oder Unternehmen suchen, um die Leistungsbereitschaft ihrer Mitarbeiter zu steigern. Personalentwickler, die durch konzeptionelle Veränderungen und personelle Schulungsmaßnahmen in diesem Bereich nachhaltig verändern und schnelle Wirkung erzielen wollen.

ÜBERBLICK

Ein gesundes Gleichgewicht zwischen Job und Privatleben ist unerlässlich, für leistungsfähige und vor allem gesunde Mitarbeiter. Immer mehr Unternehmen erkennen die Bedeutung einer Work-Life-Balance-Konzeption, die ganzheitlich umgesetzt und oft in einen „Kulturwandelprozess“ eingebettet wird. Das Unternehmensbranding gewinnt mehr und mehr an Bedeutung, denn leistungsfähige Mitarbeiter haben heute eine sehr hohe Erwartungshaltung – eben auch eine „moderne“ Vorstellung vom Einklang zwischen Leben und Arbeit.

Train today – succeed tomorrow

WORK-LIFE-BALANCE-KONZEPTE

SCHWERPUNKTE

- Sie erhalten einen Überblick über die Bedeutung der Work-Life-Balance in Unternehmen
- Sie erfahren mehr über die Wirkung von Werteorientierung in Unternehmen
- Sie frischen Ihre Kenntnisse hinsichtlich der Methodik erfolgreicher, moderner Führung auf
- Sie selbst werden bewusster analysieren und erfolgreicher für ein WLB-Konzept argumentieren
- Sie erhalten einen Überblick über wirksame Trainingsmaßnahmen zur Work-Life-Balance

FOKUS

- Einleitung in die Thematik
- Status Quo der Lebens- und Arbeitssituation
- Bedeutung von Work-Life-Balance für den Menschen
- „Change Culture“ – Bedeutung von Werten und Unternehmenskultur
- Konzepte zur Work-Life-Balance
- Wertsteigerungen für das Unternehmen

METHODIK

Vortrag, Gruppenarbeit, systemische Reflexion, Visualisierung und Feedback.

PROGRAMMINHALTE

Die folgenden Punkte bieten eine Übersicht über die möglichen Trainingsinhalte. Diese werden anhand des individuellen Bedarfs und der Anforderungen des Teilnehmers erstellt.

Status Quo der Lebens- und Arbeitssituation

- Rollenbilder in der Gesellschaft
- Wie sich Arbeit verändert
- Individueller Stellenwert der Arbeit
- Freizeit = „freie Zeit“?
- Leben und Sinnhaftigkeit

Bedeutung von Work-Life-Integration für den Menschen

- Veränderungen in der Lebens- und Arbeitswelt
- Endlich werden, wie ich bin …
- Selbstreflexion (wo stehe ich?)
- Selbstbestimmung – welche Ziele habe ich?
- Rückschläge als Erfolgsfaktor
- Individualisierung in der Arbeitswelt

Zeit und persönliche Freiheit – Bedeutung heute

- Hoheit über die eigene Zeit gewinnen
- Gute Zeiten – schlechte Zeiten
- Zeitabhängiger Wohlfühlfaktor

Wege zur Work-Life-Balance

- Gesundheit fördern
- Individuelles Glück
- Die Balance finden

www.kerntraining.com/at · office@kerntraining.com

KERN Training, KERN Austria GmbH
Telefon: (01) 5 03 13 13-0 · E-Mail: office@kerntraining.com

Österreich: Graz · Innsbruck · Linz · Wien

Deutschland: Aachen · Augsburg · Berlin · Bielefeld · Bochum · Bonn · Braunschweig · Bremen · Darmstadt · Dortmund · Duisburg · Düsseldorf · Essen · Frankfurt am Main · Freiburg Friedrichshafen · Hamburg · Hannover · Heilbronn · Karlsruhe · Kassel · Köln · Leipzig · Mainz · Mannheim · Mönchengladbach · München · Münster · Nürnberg · Regensburg · Saarbrücken Stuttgart · Ulm · Wiesbaden · Wuppertal · Würzburg · **Frankreich:** Lyon · Marseille · Paris · **England:** London · **Niederlande:** Amsterdam Eindhoven Rotterdam · Utrecht · **Polen:** Warschau

KERN TR FS WorkLifeBalance AT 01/2025