



Hazelnut  
eAcademy

Learning in a nutshell



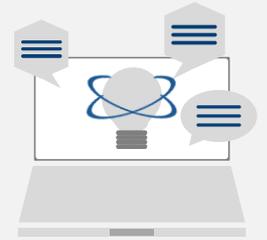
## Das Angebot der Hazelnut eAcademy

SCORM-Dateien für Ihr LMS

Learning in a nutshell

## Inhaltsübersicht - Themengebiete

Das Themenspektrum der Hazelnut eAcademy deckt die relevanten und aktuellen wirtschaftspsychologischen Themenfelder ab. Die Hazelnut eLearning-Plattform umfasst zurzeit Kurse aus den folgenden Themengebieten:



## Gesundheitsmanagement & Gesundheit

## Interaktion & Kommunikation

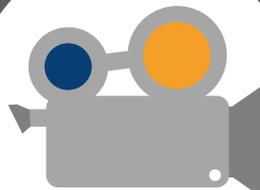
## Organisationsentwicklung und Change Management

## Führung

Wir erweitern stetig unsere Inhalte, um neue und aktuelle Themen aufzunehmen.



Auf Wunsch können wir auch gerne individuelle Inhalte für Sie erstellen oder bestehende Kurse in ihrem Corporate Design darstellen.



## Inhaltsübersicht

### Gesundheitsmanagement & Gesundheit

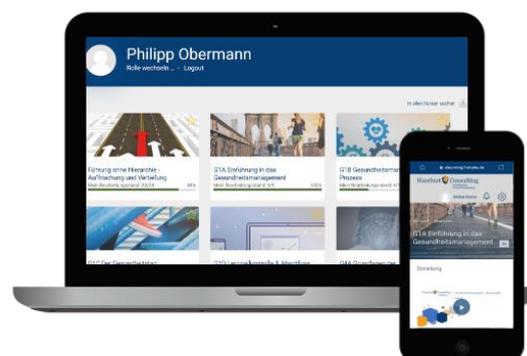
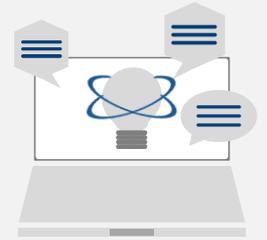
Das Angebot der Hazelnut eAcademy umfasst zurzeit die folgenden Kurse zum Themenfeld Gesundheitsmanagement und Gesundheit:

- Grundlagen des Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Systemische Beratungskompetenz für GesundheitsmanagerInnen
- Resilienz – Die innere Widerstandskraft
- Gesunder Umgang mit Stress und Belastung am Arbeitsplatz
- Psychische Erkrankungen
- Gesundheit in Zeiten der Pandemie erhalten
- Trotz Stress gelassen bleiben

Interaktion & Kommunikation

Organisationsentwicklung und Change Management

Führung



## Inhaltsübersicht

Gesundheitsmanagement & Gesundheit

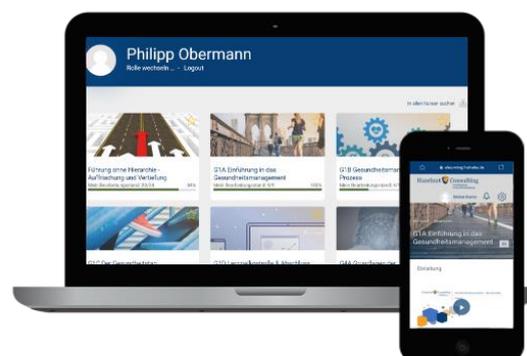
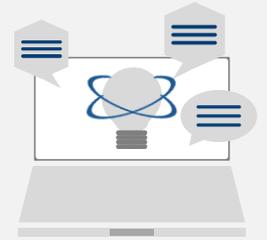
### Interaktion & Kommunikation

Das Angebot der Hazelnut eAcademy umfasst zurzeit die folgenden Kurse zu den Themenfeldern Interaktion und Kommunikation:

- Körpersprache verstehen und richtig einsetzen
- Mikropolitische Fähigkeiten am Arbeitsplatz
- Die dunkle Triade – Destruktive Persönlichkeiten in Unternehmen

Organisationsentwicklung und Change Management

Führung



## Inhaltsübersicht

Die Hazelnut eLearning-Plattform umfasst zurzeit die folgenden Kurse:

Gesundheitsmanagement & Gesundheit

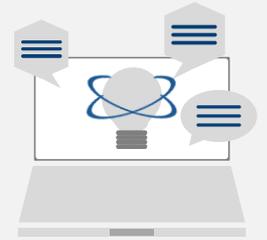
Interaktion & Kommunikation

## Organisationsentwicklung und Change Management

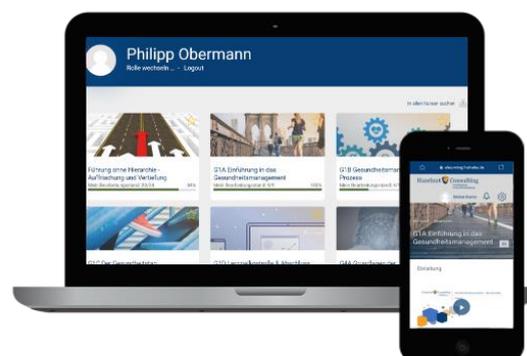
Das Angebot der Hazelnut eAcademy umfasst zurzeit die folgenden Kurse zu den Themenfeldern Organisationsentwicklung und Change Management:

- Wertorientierte Unternehmenskultur
- Systemische Beratungskompetenz in Veränderungen

Führung



Unsere eLearning-Plattform bietet eine zeitlich und örtlich flexible Möglichkeit der Weiterbildung. Nach Buchung eines eLearnings erhält jeder Teilnehmende individuelle Zugangsdaten zu unserer Plattform und kann anschließend selbstständig seine Lerngeschwindigkeit wählen.



## Inhaltsübersicht

Die Hazelnut eLearning-Plattform umfasst zurzeit die folgenden Kurse:

Gesundheitsmanagement & Gesundheit

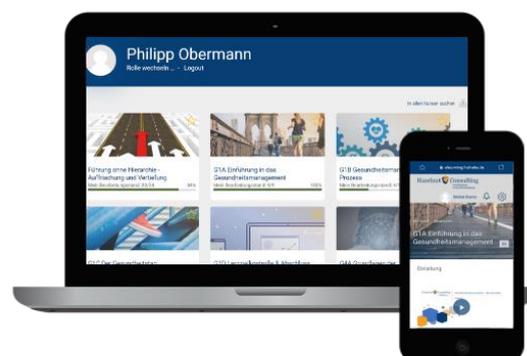
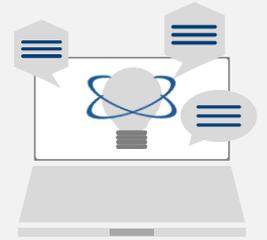
Interaktion & Kommunikation

Organisationsentwicklung und Change Management

## Führung

Das Angebot der Hazelnut eAcademy umfasst zurzeit die folgenden Kurse zu dem Themenfelder Führung:

- Laterale Führung – Führung ohne Hierarchie
- Führung auf Distanz
- Gesunde Führung in der Pandemie
- Burnout-Prävention für Führungskräfte
- Bewerbungsgespräche professionell führen
- Kündigungsgespräche professionell führen



## Grundlagen des Betriebliches Gesundheitsmanagement

8 Stunden

"Die Gesundheit ist zwar nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts." (Arthur Schopenhauer)

Die Gesundheit von Mitarbeitenden rückt immer stärker in den Fokus der betrieblichen Betrachtung und übt erheblichen Einfluss auf die Mitarbeiterzufriedenheit aus. Es gilt die Gesundheit nicht nur zu erhalten, sondern aktiv zu fördern. Nur ein systematisches Vorgehen verspricht Erfolg, welches die individuellen Gegebenheiten der Organisation berücksichtigt und Handlungsfelder fundiert analysiert. Gesunde Mitarbeiter sind die Grundlage für eine gesunde Unternehmung. Aus Unternehmenssicht muss stetig an der Erhaltung gesundheitsfördernder Maßnahmen gearbeitet werden.

### Lernziele

Die Teilnehmenden erhalten einen Überblick über Strukturen, Prozesse und Instrumente eines systematischen und zielorientierten betrieblichen Gesundheitsmanagements.

Die Teilnehmer lernen...

... die Bestandteile von der Analyse über die Maßnahmenentwicklung hin zur Evaluation kennen.

..., was ein systematisches, zielgerichtetes und fundiertes Gesundheitsmanagement auszeichnet.

..., wie sie dies im Unternehmen umsetzen können.

... Instrumente, Strategien und Vorgehensweisen kennen, um dem Ziel einer gesunden Organisation zu begegnen.

### Inhalt (Auszug)

- Eine Einführung in das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM)
- Relevanz und Nutzen eines betrieblichen Gesundheitsmanagements
- Der BGM-Prozess, Bestandteile, Instrumente und Prozessschritte
- Analysen im Gesundheitsmanagement
- Ableitung und Entwicklung von Maßnahmen
- Kommunikationsstrategie & -kanäle
- Exkurs: Der Gesundheitstag

## Systemische Beratungskompetenz für GesundheitsmanagerInnen

4 Stunden

Während in Organisationen das Bewusstsein für die Relevanz von Gesundheitsförderung wächst, steigen die Anforderungen an damit beauftragte Personen und deren Beratungsleistung. Dabei wird von diesen eine immer umfassendere, proaktive Beratung erwartet, die kundenorientiert alle Erwartungen und Sichtweisen abdeckt: Mitarbeitende, Organisation, Führungskraft, Kollegen, usw.

Während wir in unserer Gesellschaft bei Problemen oder Fragen häufig allzu schnell zu Lösungsvorschlägen springen, ohne Gründe, Auslöser oder auch relevante Wechselwirkungen genauer zu beleuchten, wird im Rahmen der Veranstaltung ein gezielter Blick auf die Erforschung genau dieser Punkte gelegt.

### Lernziele

Die Teilnehmenden reflektieren ihre eigene Beratungsleistung und bauen ihre Kompetenzen durch verschiedene ziel- und lösungsorientierte Techniken und Methoden weiter aus.

Der Fokus der Veranstaltung liegt auf einer umfassenden und fundierten Herangehensweise der Beratung.

### Inhalt (Auszug)

- Grundlagen der Beratungskompetenz
- Der systemische Beratungsansatz und systemische Analysemethoden
- Instrumente & Fragetechniken des systemischen Ansatzes
- Vorteile & Mehrwerte der Beratungsleistungen überzeugend herausstellen
- Das GROW-Modell
- Interventionsmethoden

## Resilienz Die innere Widerstandskraft

4 Stunden

Ob Krisen als Chancen gewertet werden, hängt stark von der Person an sich ab – von der Fähigkeit Krisen, Extremsituationen und hohe Belastungen zu überstehen und im Idealfall sogar daran zu wachsen... der Kunst auch im Unglück etwas Positives zu sehen... „Resilienz“.

Resiliente Menschen meistern Herausforderungen besser, sind überzeugender und vermeiden schadhaften Umgang mit Stressoren. Sie behalten äußere Einflüsse in Balance, da sie innerlich ausgeglichen und gefestigt sind. Die Teilnehmer lernen:

### Inhalt (Auszug)

- Begriffsentstehung, Bedeutung und Historie
- Die sieben Schlüssel der Resilienz
- Einführung in die Salutogenese und Pathogenese
- Zusammenhang von Resilienz, Stress und Stressbewältigung
- Studienergebnisse zum Thema Resilienz
- Förderung der individuellen Resilienz im Alltag

### Lernziele

Die Teilnehmer lernen:

- Einen besseren Umgang mit herausfordernden und stressigen Situationen
- Training der inneren Haltung, Reduzierung der Vulnerabilität
- Trotz hoher Anforderungen gelassen zu bleiben und komplexe Arbeitsbedingungen kraftvoll zu meistern
- Aus Widrigkeiten einen persönlichen Nutzen zu ziehen sowie eigene Ressourcen noch besser zu nutzen
- Im Anschluss werden Sie Rückschläge souveräner bewältigen können..

## Gesunder Umgang mit Stress und Belastung am Arbeitsplatz Stressmanagement

8 Stunden

Menschen sind im Berufsleben mittlerweile einer Vielzahl von Stressoren ausgesetzt: konstant hohe Anforderungen und Ansprüche, eine zunehmende Flexibilisierung oder auch fließende Grenzen zwischen Berufs- und Privatleben sind nur einige Belastungen, die im modernen Arbeitsalltag Stressreaktionen hervorrufen sowie langfristig auch die Gesundheit schädigen können.

### Inhalt (Auszug)

- Einführung in die Begrifflichkeiten Stress und Stressmanagement
- Modelle der Stressentstehung
- Instrumentelles Stressmanagement
- Ursachen, Frühwarnsignale & Erkennungsmerkmale
- Mentale regenerative Stresskompetenz
- Verschiedene Organisationstechniken (z.B. Pareto-, Eisenhower-Prinzip, ABC-Analyse,...)
- Individuelle Möglichkeiten der Stressbewältigung und des Stressabbaus
- Burnout-Prävention und Erholung, Life-Domain-Balance

### Lernziele

Wir erleben nahezu jeden Tag eine Fülle an Herausforderungen, sowohl beruflich als auch privat. Die Entwicklung der steigenden Belastungen zeigt sich auch in den immer weiter steigenden Zahlen der psychischen Erkrankungen in Deutschland. Jedoch ist Stress nicht grundsätzlich negativ zu bewerten, sondern stellt eine natürliche Reaktion des Körpers dar und kann in Maßen sogar positive Effekte erzielen. Um diese zu nutzen, gleichzeitig aber langfristig sowohl gesund als auch leistungsfähig zu bleiben, gilt es seine eigene Stressreaktionen nicht nur zu verstehen, sondern angemessen damit umgehen zu können.

## Psychische Erkrankungen am Arbeitsplatz Umgang mit psychischen Krankheitsbildern

6 Stunden

Die Anzahl von psychischen Erkrankungen steigt seit vielen Jahren massiv an und hat sich in den letzten zwanzig Jahren nahezu verdoppelt. Psychische Erkrankungen haben von allen Diagnosegruppen die längsten Ausfallzeiten, mit einer steigenden Tendenz. Die menschliche Psyche und Unversehrtheit ist ein hohes Gut, welches es zu schützen gilt. Für Unternehmungen ergeben sich aus psychischen Erkrankungen der Belegschaft zusätzlich horrende Probleme u.a. in der Mehrbelastung anderer Mitarbeitender, allgemein erschwerten Kapazitätsplanung und im schlechtesten Fall auch die Neubesetzung guter Mitarbeiter. Umso relevanter wird die Erlangung von Kenntnissen zu dieser weitreichenden Thematik, um einen richtigen und zielgerichteten Umgang mit diesen zu ermöglichen.

### Lernziele

Hat ein Mitarbeiter ein psychisches Problem, so stellt dies Vorgesetzte und Kollegen vor eine enorme Herausforderung. Oft zeichnet sich schon lange vor Bekanntwerden der Krankheit ab, dass der Mitarbeiter Schwierigkeiten bei der Bewältigung seiner Arbeit und im Umgang mit Kollegen hat. Diese Beobachtungen werden oft begleitet von auffälligen Veränderungen der Stimmungslage. In diesem eLearning werden den Teilnehmenden daher die häufigsten psychischen Störungsbilder im Arbeitskontext sowie deren Entstehung und Merkmale nähergebracht. Die Teilnehmer werden in die Lage versetzt, die jeweilige Störung frühzeitig zu erkennen, Verhaltensveränderungen einen angemessenen Wert beizumessen und angemessen zu intervenieren und unterstützen.

### Inhalt (Auszug)

- Arten und Entwicklungen psychischer Störungen
- Abgrenzung der häufigsten Störungsbilder im Arbeitsalltag
- Umfangreiche Einzelsektionen: Depression, Burnout, Angststörungen, Sucht und Abhängigkeiten, Alkoholismus und Persönlichkeitsstörungen
- Folgen und Kosten von psychischen Störungen für Organisationen
- Umgang mit verschiedenen Störungsbildern

## Gesundheit in Zeiten der Pandemie erhalten The new normal: Wie auch in Zeiten von Corona die Gesundheit erhalten bleibt

45 Minuten

Die Themen Stressmanagement, Resilienz und Erhaltung der Mitarbeitergesundheit waren immer allgegenwärtig und genießen zu Recht einen hohen Stellenwert. Die Pandemie lenkt aber den Blick noch einmal stärker auf die Bedeutung, eine gesunde und leistungsfähige Organisation zu haben. Ohne große Vorbereitung befindet sich nun ein Großteil der Arbeitnehmer in einem geänderten Arbeitsalltag oder einer vollkommen neuen Büroumgebung, welche bislang eher den Rückzugsort im Feierabend darstellte. Die Unternehmung als Gesamtheit ist in der Verantwortung, die Belegschaft abzuholen und diesen Pfad gemeinsam mit den Mitarbeitern, möglichst wohlbehalten, zu beschreiten.

### Lernziele

Die Teilnehmenden bekommen Einblick in den längerfristigen Wandel des Arbeitsumfeldes im volatilen Kontext der Corona Krise. Sie erkennen die Kehrseite vom Homeoffice und damit verbunden die Notwendigkeit der Begrenzungen von flexiblen Arbeitsmodellen. In diesem Zuge wird der Entwicklungsdruck zu moderner Methodik und Interaktion mithilfe konkreter Beispiele vermittelt. Wir thematisieren, was wichtig wird, um eine Organisation mit Stärke und Gesundheit durch externe Schocks und Krisen zu führen. Wir zeigen praktische Ansatz- und Handlungsmöglichkeiten auf um neue Wege der digitale Interaktion einzuschlagen.

### Inhalt (Auszug)

- Bestandsaufnahme aktueller Einflüsse
- Stress als Hauptursache
- Ansatzmöglichkeiten für Unternehmen
- Tipps für die Gestaltung von flexiblen Arbeitsmodellen und Homeoffice
- Stressprävention für die Arbeit im Homeoffice
- Ideensammlung zur digitalen Interaktivität

## Trotz Stress gelassen bleiben

1 Stunden

Wir leben in einer Gesellschaft, in denen die meisten Menschen ständig unter Stress stehen, wo Gelassenheit fast schon eine Seltenheit ist. Stehen wir Menschen so unter Strom, hat dies aber nur äußerst selten positive Folgen. Aber gelassen zu bleiben fällt häufig schwer, lässt sich aber lernen sowie trainieren. Hierfür gibt es viele gute Methoden und Möglichkeiten, bei denen jeder seine persönlichen Ansätze herausnehmen kann.

### Inhalt (Auszug)

- Bedeutung und Bestandteile von Gelassenheit
- Gelassene Grundeinstellung als Basis
- Methoden und Techniken für mehr Gelassenheit in akuten Situationen sowie zur Wiedergewinnung der eigenen Gelassenheit

### Lernziele

Die Teilnehmenden lernen Techniken und Methoden kennen, um in stressigen Situationen gelassener zu bleiben oder diese Gelassenheit auch nach herausfordernden Situationen zurückzugewinnen.

## Gezielter Einsatz von Körpersprache Körpersprache verstehen und richtig einsetzen

4,5 Stunden

Kommunikation ist viel mehr als das gesprochene Wort. Während Menschen aber meist versuchen ihre Worte weise zu wählen, wird der Körpersprache häufig weniger Beachtung zugesprochen. Dabei ist die Relevanz für die Interaktion nicht weniger bedeutsam. Gesprochenes und Körpersprache wirken stets gemeinsam, teils stimmig und passend, teilweise auch ungewollt gegensätzlich. Obwohl der Einsatz von Körpersprache meist unbewusst abläuft, verrät sie vielfach mehr als die genutzten Worte. Ein grundlegendes Verständnis von Körpersprache ist daher relevant, um die Gestik, Mimik und Haltung des Gegenübers angemessen zu interpretieren oder auch die eigene nonverbale Kommunikation wirkungsvoll einzusetzen.

### Inhalt (Auszug)

- Grundlagen der Körpersprache und ihre Bestandteile – Mimik, Gestik und Körperhaltung
- Bedeutung und Grenzen von Körpersprache in der täglichen Interaktion
- Wirkung von Körpersprache auf andere
- Interkulturelle Unterschiede
- Distanzzonen
- Gezielter Einsatz von Körpersprache im Alltag

### Lernziele

Die Teilnehmenden beleuchten kritisch die Bedeutung sowie Wirkung von Körpersprache für die Kommunikation und lernen Grenzen der Wirksamkeit kennen. Sie übertragen die Erkenntnisse auf den eigenen Alltag und können das Gelernte praktisch erproben.

## Mikropolitische Fähigkeiten am Arbeitsplatz Die Organisation als modernes Kolosseum?

3 Stunden

Zugegebenermaßen eine leicht dramatisierte Darstellung, jedoch ähneln Entschlüsse und Entscheidungen in Organisationen auch tatsächlich heftigen Kämpfen in Arenen. Heimliche Mauseheleien und wechselnde Spieler, Strategien, Regeln und Positionen. Viele Akteure versuchen noch mehr und teils gegensätzliche Interessen oder Unternehmensinteressen durchzusetzen. Um diese Kämpfe allerdings erfolgreich zu führen und auf dieser Ebene gerüstet zu sein, benötigt man entsprechende Kompetenzen.

### Inhalt (Auszug)

Neben einem generellen Verständnis werden auch die Fähigkeiten zur Wahrnehmung von Taktiken und Strategien vermittelt. Außerdem die notwendigen Fertigkeiten, selbst Einfluss auszuüben und eigene Ziele zu erreichen:

- Grundlagen der Mikropolitik
- Mikropolitische Strategien - Arten, Nutzen und Einflussfaktoren
- Mikropolitisches Bewusstsein und mikropolitische Kompetenzen
- Training individueller mikropolitischer Kompetenzen

### Lernziele

Die Teilnehmer werden...

- ... für die Bedeutung und das Auftreten mikropolitischen Handelns sensibilisiert,
- ... reflektieren ihre persönlichen Kompetenzen und
- ... lernen Möglichkeiten kennen, diese Fähigkeiten zu trainieren.

## Die dunkle Triade Destructive Persönlichkeiten in Unternehmen

1,5 Stunden

Die dunkle Triade beschreibt die drei großen zerstörerischen Persönlichkeitsformen: Narzissmus, Psychopathie und Machiavellismus. Von außen und aus Entfernung betrachtet handelt es sich hierbei generell um destruktive Charakterzüge, das liegt vor allem aber am fehlenden Verständnis. Um mit diesen Persönlichkeitsarten erfolgreich in Interaktion zu treten und diese zielführend zu steuern, müssen wir die Merkmale und Muster sowie Antreiber bis hin zu präferierten Umgangsformen verstehen.

### Inhalt (Auszug)

- Bestandteile der dunklen Triade
- Narzissmus – Dysfunktionale Bereiche, die helle Seite und Kriterien
- Psychopathie – Grundlagen, Auswirkungen und Auftreten
- Machiavellismus – Verhaltensweisen und Abgrenzung
- Interventionsmöglichkeiten im Umgang mit destruktiven Persönlichkeitsstrukturen (Als Organisation und als Führungskraft)

### Lernziele

Als Führungskraft oder aber Kollege, Freund, Lebenspartner: Mit einem Narzissten, Machiavellisten oder Psychopathen zu interagieren kann stark herausfordern, eventuell sogar als unmöglich empfunden werden. Dieses eLearning vermittelt ein Verständnis für...

... die Charakterzüge der dunklen Triade sowie Wertschätzung für dessen positiven Seiten

... die Umgangsformen und Antreiber dieser Persönlichkeiten und können Sie gezielt einsetzen

... Präventions- und Interventionsmöglichkeiten für destruktive Persönlichkeiten

## Wertorientierte Unternehmenskultur Aktive Gestaltung und nachhaltige Verankerung

3 Stunden

Folgt man Hofstede ist Kultur für das Kollektiv, was Persönlichkeit für den Einzelnen ist. Auch wenn diese Aussage das Wesen von Kultur beschreibt, bleibt sie dennoch schwer greifbar. Metaphorisch, lässt sich die Unternehmenskultur am ehesten als die DNA einer Organisation beschreiben. Nur schwer ersichtlich und dennoch bei genauer Betrachtung überall auffindbar. Es gibt generell keine perfekte Unternehmenskultur. Daher ist es entscheidend, eine passende Kultur zu entwickeln, auszubauen und zu manifestieren, da sich hieraus eine Reihe positiver Faktoren wie bspw. Mitarbeiterzusammenhalt sowie hohe Mitarbeiterbindung ergeben. In diesem eLearning erfahren Sie was eine Unternehmenskultur ist, wie diese im Unternehmensalltag zum Ausdruck kommt und wie sie verändert werden kann.

### Lernziele

Die Teilnehmer...

- ... bekommen die Relevanz der Unternehmenskultur vermittelt
- ... lernen Einflussfaktoren sowie Bestandteile und Facetten einer Unternehmenskultur kennen
- ... werfen einen Blick auf die eigene Unternehmung
- ... lernen Ansätze zur nachhaltigen Gestaltung bzw. Veränderung der Unternehmenskultur kennen

### Inhalt (Auszug)

- Grundlagen der Unternehmenskultur
- Werte als Fundament der Unternehmenskultur
- Organisationsentwicklung in Form von Kulturentwicklung
- Agile Methoden zur Kulturentwicklung
- Die eigene Unternehmenskultur gestalten und verankern

## Systemische Beratungskompetenz in Veränderungen Grundsätze der Beratung sowie Coachinginstrumente im Change

4 Stunden

Während in Organisationen das Bewusstsein für Agilität und Anpassungsfähigkeit wächst, steigen die Anforderungen an damit beauftragte Personen und deren Beratungsleistung. Dabei wird von diesen eine immer umfassendere proaktive Beratung erwartet, die alle Annahmen und Sichtweisen abdeckt sowie Verständnis formt: Mitarbeiter, Organisation, Führungskraft, Kollegen. Ein Wandel kann umso nachhaltiger und effizienter vollzogen werden, desto mehr Leute sich diesem Wandel verschreiben und ihn unterstützen. Je nach Bezugsgruppe ist ein unterschiedliches Maß an Überzeugungsfähigkeit - allerdings auch Empathie - notwendig um eine gemeinsame Bewegung zu erzeugen.

### Lernziele

Die Teilnehmenden lernen...

- ... die Relevanz der systemischen Beratung im Wandel zu erkennen
- ... Fragetechniken und Interventionsmöglichkeiten variabel und zielgerichtet zu nutzen
- ... das GROW- und ABC-Modell und dessen Aussagen für die Praxis kennen
- ... Ansätze zur nachhaltigen Gestaltung bzw. Veränderung der Unternehmenskultur kennen

### Inhalt (Auszug)

- Zwischen Selbstverständnis und Erwartungen
- Systemtheorie und der systemische Beratungsansatz
- Instrumente & Fragetechniken des systemischen Ansatzes
- Systemische Fragetechniken und aktives Zuhören
- Das GROW- und ABC-Modell
- Interventionsmethoden

## Laterale Führung Führung ohne Hierarchie

8 Stunden

Führung ohne disziplinarische Verantwortung wird im modernen Arbeitsumfeld als Folge von flachen Hierarchien, Projektteams und anderen Entwicklungen immer relevanter. Diese herausfordernde Form der Führung verlangt von den fachlichen Führungskräften allerdings einiges an Überzeugungskraft, Motivation und kommunikativen Fähigkeiten. Als laterale Führungskraft kann man sich nicht den disziplinarischen Instrumenten bedienen. Nichtsdestotrotz bieten sich unterschiedliche Möglichkeiten andere Menschen zu führen.

### Inhalt (Auszug)

- Mögliche Probleme und Widerstände bei fachlicher Führung
- Säulen der lateralen Führung
- Relevanz von Motivation und Partizipation
- Kommunikation als wichtiges Instrument der Führung
- Feedback geben und nehmen
- Frühzeitiger Umgang mit Konflikten
- Situative Führungsstile – Merkmale und Auswirkungen

### Lernziele

Sie reflektieren die eigene Rolle sowie ihr eigenes Führungsverständnis, Unterscheidung zwischen lateraler Führung und hierarchischer Führung. Wir vermitteln, was Menschenführung bedeutet und welche Ansätze und Handlungsspielräume es für Führung ohne Hierarchie gibt. Sie bekommen Gelegenheit, ihr eigenes Führungsverständnis herauszuarbeiten und gewinnen Klarheit über die eigene Rolle.

Zusätzlich werden Sie im Rahmen des eLearnings in die Lage versetzt, verschiedene Ansatzpunkte der Führung in Bezug auf Motivation, Kommunikation und Partizipation situativ sowie erfolgreich im Arbeitsalltag zu nutzen.

## Führung auf Distanz Digital Leadership in Zeiten von Covid-19

1 Stunden

Die Führung von Mitarbeitern stellt ohne Einwände eine enorme Herausforderung dar. Als Führungskraft ist ein gestärktes Vertrauensverhältnis und ein Zusammenhalt im Team ein wichtiger Grundpfeiler. Beide Aspekte leben maßgeblich von der täglichen zwischenmenschlichen Interaktion. Wie aber lässt sich dieses Vertrauen und Verbundenheit kreieren und nachhaltig aufbauen, wenn man aufgrund von Homeoffice, oder aufgrund internationaler Teams nur über die Distanz verbunden ist? Das Positive im Voraus: man kann auf Distanz ebenso gut führen, wie im direkten Austausch Face-to-Face, es bedarf allerdings neuer Wege und Mittel um sich zu begegnen. Der Wandel beginnt zunächst bei der Führungskraft selbst, bevor dann auch die Mitarbeiter ihr Vertrauen in die neuen Alternativen setzen.

### Lernziele

„A smooth sea never made a skilled Sailor“ Die Situation wird zurecht als neuartig und herausfordernd bezeichnet, dennoch sind selbstsichere Kapitäne an allen Fronten gefragt, um die Organisation durch diese unruhige See zu manövrieren.

Wir geben Ihnen Tipps mit auf den Weg, um gut durch diese Gewässer zu kommen und durch Sturm und Nebel zu manövrieren. Sie werden mit praktikablen Möglichkeiten und der allgemeinen Relevanz von Interaktion im Führungskontext konfrontiert. Sie verstehen die geänderte Umgebung als Chance und Option neue Wege zu erschließen und werden in diesem Zusammenhang Ihre bisherigen Kommunikationswege kritisch betrachten.

### Inhalt (Auszug)

- Die Herausforderungen digitaler Führung
- Kommunikation über die Distanz sinnvoll gestalten
- Feedback geben und nehmen
- Vertrauen und Interaktion
- Teammeetings erfolgreich und effizient gestalten
- Neue Wege des Teambuilding

## Gesunde Führung in der Pandemie Wie Führungskräfte Ihre Belegschaft auch während der Corona-Krise gesund halten

45 Minuten

Die Themen Stressmanagement, Resilienz und Erhaltung der Mitarbeitergesundheit waren immer allgegenwärtig und genießen zu Recht einen hohen Stellenwert. Die Pandemie lenkt aber den Blick noch einmal stärker auf die Bedeutung, eine gesunde und leistungsfähige Organisation zu haben. Ohne große Vorbereitung befindet sich nun ein Großteil der Arbeitnehmer in einem geänderten Arbeitsalltag oder einer vollkommen neuen Büroumgebung, welche bislang eher den Rückzugsort im Feierabend darstellte. Die Unternehmung als Gesamtheit ist in der Verantwortung, die Belegschaft abzuholen und diesen Pfad gemeinsam mit den Mitarbeitern, möglichst wohlbehalten, zu beschreiten.

### Inhalt (Auszug)

- Bestandsaufnahme aktueller Einflüsse
- Stress als Hauptursache
- Ansatzmöglichkeiten für Unternehmen
- Tipps für die Gestaltung von flexiblen Arbeitsmodellen und Homeoffice
- Ideensammlung zur digitalen Interaktivität
- Stressprävention für die Arbeit im Homeoffice

### Lernziele

Die Teilnehmenden bekommen Einblick in den längerfristigen Wandel des Arbeitsumfeldes im volatilen Kontext der Corona Krise. Sie erkennen die Kehrseite vom Homeoffice und damit verbunden die Notwendigkeit der Begrenzungen von flexiblen Arbeitsmodellen. In diesem Zuge wird der Entwicklungsdruck zu moderner Methodik und Interaktion mithilfe konkreter Beispiele vermittelt. Wir thematisieren, was wichtig wird, um eine Organisation mit Stärke und Gesundheit durch externe Schocks und Krisen zu führen. Wir zeigen praktische Ansatz- und Handlungsmöglichkeiten auf um neue Wege der digitale Interaktion einzuschlagen.

## Burnout-Prävention für Führungskräfte Präventions- und Interventionsmaßnahmen

2,5 Stunden

Seit einigen Jahren ist der Begriff Burnout tief in der organisationalen Betrachtung von Gesundheit und Krankheit verankert. Starke Erschöpfungsgefühle, zunehmende Selbstzweifel, eine erhöhte Reizbarkeit sowie eine innere Leere können mögliche Symptome sein. Der Beruf kann ausgleichend, jedoch auch als Brandbeschleuniger wirken. Umso wichtiger ist ein umfangreiches Verständnis für Führungskräfte um den adäquaten Umgang mit potenziell gefährdeten und bereits betroffenen Mitarbeitern zu kennen.

### Inhalt (Auszug)

- Quellen und Ursachen für einen Burnout
- Frühwarnsignale & Erkennungsmerkmale
- Historie und mediale Sicht
- Verständnis über den Wirkungszusammenhang zwischen Beruf und Burnout
- Optimierung des Umgangs sowie Interventionsmöglichkeiten in Führungssituationen
- Leitfaden für das Gespräch mit betroffenen Mitarbeitern

### Lernziele

Dieses eLearning vermittelt den Teilnehmenden ein grundlegendes Verständnis zum Thema Burnout und zeigt darauf aufbauende Präventions- und Interventionsmaßnahmen auf. Im Anschluss können die Teilnehmer eine potenzielle Entwicklung zu einem Burnout bei sich und anderen erkennen und können auch die individuelle Dringlichkeit einordnen. Sie kennen Präventions- und Interventionsmöglichkeiten für Betroffene und lernen ebenso Möglichkeiten zum eigenen Schutz kennen.

## Bewerbungsgespräche professionell führen Grundlagen, Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung

1,5 Stunden

Das Bewerbungsgespräch stellt ein maßgebliche Komponente bei der Entscheidungsfindung für einen geeigneten Bewerber dar. Die Unternehmung sucht eine bestimmte, zunächst rein tätigkeitsbezogene (Neu-)Besetzung. Ziel ist es, eine möglichst hohe Passung von den Anforderungen des Arbeitsplatzes und den Merkmalen der Person zu erzielen, denn das ist die Voraussetzung für Leistungsfähigkeit. Der Prozess sollte in jedem Fall strukturiert, mit Bedacht und Vorbereitung durchgeführt werden. Nicht nur die Unternehmung bekommt einen Eindruck zum Bewerber...ebenso erhalten Bewerber einen Eindruck über Ihr Unternehmen.

### Inhalt (Auszug)

- Die 7 Phasen eines Bewerbungsgesprächs
- Leitfaden zum Ablauf eines Bewerbungsgesprächs
- Sammlung von Beispielfragen je nach Stellenprofil
- Ausschreibung/ Stellenbeschreibung und darauf aufbauende Fragen im Bewerbungsgespräch
- Das Zweitgespräch

### Lernziele

Wir zeigen die Risiken eines unorganisierten Bewerbungsgesprächs auf und liefern gleichzeitig die wichtigen Punkte um das Gespräch und direkt angrenzende Themen so erfolgreich und zielführend wie möglich zu gestalten. Nach Abschluss sind die Teilnehmer auf die Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung von Bewerbungsgesprächen vorbereitet und können mithilfe von Leitfäden an der längerfristigen Umsetzung als Unternehmensstrategie bei solchen Gesprächen arbeiten.

---

## Kündigungsgespräche professionell führen Mentale und organisatorische Vorbereitungen

1,5 Stunden

Die Lebens- und Berufserfahrung zwischen Managern ist sehr unterschiedlich. Allerdings stimmt wohl fast jede Führungskraft zu, dass die Überbringung einer Trennungsabsicht eine klare Herausforderung im Arbeitsleben darstellt. Diese Herausforderung wird schnell und nachvollziehbarer Weise zur Überforderung, da der Prozess zum einen menschlich, fair und auf Augenhöhe erfolgen soll, andererseits die Botschaft juristisch einwandfrei und ohne Verhandlung kommuniziert werden muss. Kein leichtes Unterfangen – eine Vorbereitung ist daher absolut empfehlenswert.

### Inhalt (Auszug)

- Mentale und organisatorische Vorbereitung
- Grundlagen zu den unterschiedlichen Kündigungs- und Reaktionstypen
- Reflexion des eigenen Kündigungstyp
- Leitfaden zum Download
- Relevanz einer strukturierten Vorbereitung

### Lernziele

Führungskräfte müssen normalerweise nicht allzu häufig eine Kündigung adressieren. Eine Professionalität über eine kontinuierliche Wiederholung zu bewerkstelligen, ist daher kaum möglich. Dieses eLearning soll Sie sicherer für diese herausfordernde Art von Gespräch machen. Wir wollen die Grundlage für wichtige Vorkehrungen schaffen und Sie dabei auch auf Eventualitäten in der Reaktion der Mitarbeiter vorbereiten. Die Reflexion des eigenen Kündigungstyps in Kombination mit unterschiedlichen Reaktionsweisen sorgt für Klarheit im Prozess. Mithilfe der Informationen und dem Kündigungsleitfaden kann dann im Nachgang eine Unternehmensstrategie und –kultur bezüglich solcher Gespräche entwickelt werden.

## Kommende Kurse

Die folgenden Kurse werden in der nächsten Zeit bereitgestellt und erweitern das bisherige Angebot der eLearning-Plattform:

### Gesundheitsmanagement und Gesundheit

- Psychologie für GesundheitsmanagerInnen
- Betriebliches Gesundheitsmanagement – Aktuelle Trends und Herausforderungen
- Betriebliches Gesundheitsmanagement – Vertiefung und praktische Umsetzung
- Gesunde Führung in Veränderungen
- Organisationale Resilienz
- Gesundheitskompetenz
- Achtsamkeit am Arbeitsplatz
- Richtig abschalten

### Interaktion & Kommunikation

- Motivierende Gesprächsführung
- Feedback. Aber bitte zielführend und wertschätzend
- Konfliktmanagement

### Organisationsentwicklung und Change Management

- Change von der psychologischen Seite angehen
- Change Management für Führungskräfte

### Führung

- Die Führungskraft als Coach
- Team-Besprechungen leiten

Das Angebot der Hazelnut eAcademy wird stetig um neue Inhalte und Kurse erweitert. Schauen Sie regelmäßig vorbei, um auf dem aktuellen Stand zu bleiben oder schreiben Sie uns über [academy@hazelnutco.de](mailto:academy@hazelnutco.de) und wir informieren Sie, sobald neue Kurse zur Verfügung stehen.

