

Das Intensiv-Training ist für Sie interessant, wenn...

...Gesundheit am Arbeitsplatz und in der Mitarbeiterführung für Sie ein Thema ist.



...Sie in Ihrer Führungsrolle „Gewicht“ haben möchten, ohne dass Sie selbst oder Ihre Mitarbeiter dabei aus dem Gleich-Gewicht geraten.



...Sie sich selbst gesund führen und für Ihre Mitarbeiter einen gesundheitsförderlichen Arbeitskontext schaffen möchten.

Fragen, auf die Sie Antworten bekommen...

Zwischen Standpunkt und Ziel:

Wo stehe ich gerade?

Wie steht es um meine persönliche Balance?

Was ist mein Ziel?

Wie komme ich auf einen guten Weg?

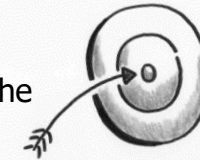
Zwischen Herausforderung und Regeneration:

Wie kann ich meine Resilienz, Ressourcen und Stresskompetenz stärken (Umgang mit Stress, Achtsamkeit am Arbeitsplatz, KurzPausenkultur etc.)?

Wie wirken Anforderungen am Arbeitsplatz auf die Leistungsfähigkeit und Motivation der Mitarbeiter und auf das gesamte Unternehmen?

Zwischen Innen und Außen:

Wie wird mein inneres (Un)Gleichgewicht nach außen wahrgenommen?



Das Ziel: Am Ende des Trainings...

...kennen Sie wichtige Einflussfaktoren auf die psychische Gesundheit am Arbeitsplatz.

...kennen Sie Techniken, um Ihre Resilienz (innere Widerstandskraft), Ressourcen und Ihre Stresskompetenz zu stärken und haben einige davon aktiv ausprobiert.

...nehmen Sie umsetzungsfähige Ideen für eine Führung mit Gewicht und in Balance mit.

Der Trainingsrahmen...

Teilnehmer:

mindestens 6, maximal 10 Teilnehmer
(2 Trainer!)

Ort:

in der KompetenzSchmiede Sauerland
oder in Ihrem Unternehmen

Preis:

auf Anfrage

Kontakt:

Mobil: 0175 / 228 79 37

Mail: christine.balkenhol@b-sense.de

