

Gesund bleiben und über sich hinauswachsen - Thriving

Besser arbeiten: Mehr leisten und dabei gesünder werden

Mehr Leistung bringen und dabei gesünder und zufriedener leben? Was zunächst wie ein märchenhaftes Versprechen klingt, wird mit Diagnostiken aus dem Leistungssport, Methoden aus dem Positive Leadership und dem Training bestimmter Resilienz Faktoren schon sehr bald Realität.

Ihr Nutzen:

In diesem Impuls Workshop erfahren Sie, wie Sie Ihrem Beruf mehr Sinnhaftigkeit und Wert geben können. Sie lernen Methoden kennen, mit denen Sie Ihre Stärken, Werte und Kernkompetenzen systematisch analysieren und entwickeln können. Mit Diagnostiken aus dem Leistungssport können Sie auch unbewusste Stärken und Stressoren identifizieren.

Inhalte

- Gut und gesund Arbeiten - worauf es wirklich ankommt
- Persönliches Portfolio der Stärken, Werte und Kompetenzen
- Individuelle mentale Diagnostik von Stärken, Soft Skills und aktuellen Stressoren

Optional:

Die Teilnehmenden können vor dem Workshop eine Diagnostik zur Erfassung persönlicher Skills, deren aktuelle Anwendung und vorhandene Stressoren bzw. Belastungen erhalten. Diese Diagnostik ist nicht im Workshop Preis enthalten und kann auch nach dem Workshop noch gebucht werden.

Preis auf Anfrage.

Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte, Projektteams

Methoden

Trainer Impulse, Reflexionen, Kleingruppenarbeit, praktische Anwendungen für den Arbeitsplatz

Hinweise

Max. Teilnehmerzahl: 10 Personen

Dauer: 4 Stunden

Aktuelle Termine und Preise entnehmen Sie bitte unserer Internetseite:

[Live-Online-Training: Gesund bleiben und über sich hinauswachsen - Thriving](#)

Seminarkennziffer 055