



Resilienztraining
für Beschäftigte

Stärken Sie die
Widerstandsfähigkeit
Ihrer Mannschaft!

Neuen Herausforderungen mit Resilienz begegnen!

Bemerken Sie Veränderungen in Ihrem Unternehmen durch z. B. die zunehmende **Digitalisierung, Globalisierung und gesellschaftliche Entwicklungen?**

Möchten Sie Ihre Beschäftigten dabei unterstützen, neue Herausforderungen besonnen zu meistern und dabei **gesund und leistungsfähig** zu bleiben?

Unser Angebot – Resilienztraining für Ihre Beschäftigten!

Inhalt:

- Sensibilisierung für das Thema Resilienz
- Eigenverantwortung stärken
- eigene Stressoren erkennen
- Ressourcen bewusstmachen und ausbauen
- Krisen souverän meistern
- persönliche Ziele erfolgreich umsetzen

Zielgruppe:

Beschäftigte aller Hierarchieebenen

Umfang:

Das Training besteht aus 2 Modulen (je 4 Std).

Noch Fragen?

Sprechen Sie uns an!

Dr. Anika Peschl

Telefon: +49 211 542263-21

E-Mail: a.peschl@ifaa-mail.de

Gerne lassen wir Ihnen ein Angebot zukommen!

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website: www.arbeitswissenschaft.net

Wir unterstützen Sie bei der Förderung der Resilienz Ihrer Beschäftigten!