



Stressmanagement und Ressourcenarbeit für Führungskräfte

Kursnummer: SP9-WE-092021

Inhalte: Arbeit ist idealerweise sinnstiftend und erfüllend, manchmal aber auch herausfordernd oder sogar belastend. Ein guter Umgang mit den „Stressoren“ sorgt für die Erhaltung der Motivation und verhindert seelische oder psychosomatische Krankheiten. Im Tagesworkshop geht es darum, einige wichtige theoretische Konzepte kennenzulernen, vor allem aber auch um die konkrete Arbeit an Beispielsituationen in der Gruppe. Besondere Aufmerksamkeit soll in diesem Kurs auf Führungskräften liegen.

Termin: Samstag, 11.09.2021, 10:00-16:00 Uhr

Ort: Akademie Regenbogenland, Seminarraum

Zielgruppe: Menschen mit Führungsverantwortung jedweder Art

Methoden: Vortrag, Diskussion, Gruppenarbeit, Selbsterfahrung

Nutzen für den TN: Reflektion, theoretische Wissensvermittlung

Dozent*in: Prof. Dr. Arnd Schaff
Professor für Betriebswirtschaftslehre, insb. Change-Management und Betriebliches Gesundheitsmanagement, Praxis für Psychotherapie und Coaching
www.praxis-kunterbunt-essen.de

Max. TN-Zahl: 15

TN-Gebühr: 140€ inkl. Verpflegung

Anmeldefrist: 04.09.2021

