

In jedem Unternehmen ist es erforderlich, mehr oder weniger mit anderen zusammen zu arbeiten. Um die Freude am Tun im Team zu bewahren, ist es von Bedeutung, klug miteinander umzugehen, zwischenmenschlichen Stress zu vermeiden, um mit Energie und Engagement die Arbeitsbelastungen gemeinsam zu meistern.

## Ihr Nutzen

Das eigene Verhalten strukturiert reflektieren und Tipps für eine gesunden Lebens- und Arbeits-einstellung finden. Sie lernen die nachhaltige Sicherung und Entwicklung der Leistungsfähigkeit; individuell, im Team und in der Organisation.

## Voraussetzungen

keine

## Preis pro Teilnehmer

EUR 190,- exklusive der gesetzlichen MwSt.

## Semindauer

5,5 Stunde(n)/Hour(s)

## Hinweise

Der Preis versteht sich für eine/n BenutzerIn zum sofortigen Lernen. Gerne bieten wir Pauschallizenzen für Unternehmen (gehostet oder als SCORM Paketen für Ihr LMS) an.

Version:

## Seminarinhalte

- \* Sich selbst gesund führen
  - Gesunde Einstellung finden
  - Vitalität Gewinnen
  - Balance halten
  - Freude am Tun entwickeln
  
- \* Mitarbeiter gesund führen
  - Klar orientieren, gesund führen
  - Robuste und resiliente Teams entwickeln
  - Altersgemischte Teams verstehen
  
- \* Leistungsfähigkeit im Team
  - Klug miteinander umgehen
  - Stress im Team
  - Energie und Engagement
  - Burn out Spirale

