

Infoblatt Modul 3
Mentale Gesundheit und Energy Management
gemeinsam stärken

Neue Ideen und gute Vorsätze bringt fast jeder nach einer Schulung mit – doch fehlende Rahmenbedingungen oder auch Hemmungen, es mal anders zu machen als gewohnt und natürlich der innere Schweinhund bremsen oft den anfänglichen Schwung. Wie kann es gelingen, sinnvolle Maßnahmen für gehirngerechtes Arbeiten im Arbeitsalltag zu verankern ?

In diesem Workshop tauschen Sie Ihre Erfahrungen aus den Modulen 1 und 2 aus. Sie überlegen im Team, welche Maßnahmen umgesetzt werden sollen und welche Rahmenbedingungen hierfür geschaffen werden sollen. Sie entwickeln Vorgehensweisen, wie Sie sich gegenseitig unterstützen können. Für mehr Zufriedenheit, für eine stabile (mentale) Gesundheit und für eine hohe Qualität der Arbeit – für Sie, Ihre Mitarbeiter und für Ihr Unternehmen.

Aus den Inhalten:

- Gehirngerecht arbeiten – was gehört dazu?
- Methoden in den Alltag integrieren
- Praktische Erfahrungen auswerten
- Gemeinsame Visionen und Ziele definieren
- Verantwortungskultur entwickeln
- Gemeinsam Trainieren und offene Fragen klären

Dauer: Modul 3 1 Trainingstag

Zielgruppe: Teilnehmer der Module 1 und 2

Die drei Module zur Mentalen Gesundheit können einzeln gebucht werden. Um Trainingseffekt, Erfahrungsaustausch und Nachhaltigkeit zu sichern, empfiehlt es sich, alle 3 Module zu buchen. Unterschiedliche Kombinationen sind möglich – bitte nehmen Sie für ein individuelles Angebot Kontakt zu mir auf: info@fiveroses.de, fon 07175/721527.