

Referent

Burnout-Killer *Stressabbau und Resilienz*

Burnout-Prophylaxe *Entspannung und Resilienztraining* Tauchen Sie ein in ein Meer des Loslassens und der Achtsamkeit! Mit Hingabe und...



Programm-Idee

Rettungspaket: Anhand von leichten Übungen und entspannenden Musikeinlagen kommen Sie zunehmend in einen Zustand der Widerstandskraft gegenüber beruflichen und persönlichen Anforderungen! Konkrete Beispiele aus Ihrem Berufsalltag machen dabei die Wichtigkeit ihrer geistig-körperlich Balance deutlich. Je mehr Sie in einem Zustand der inneren Ausgelichenheit ruhen, desto weniger sind Sie anfällig für Trigger in Ihrem Umfeld! Erlangen Sie mehr und mehr Unabhängigkeit von beruflichen und persönlichen potentiellen Umgebungseinflüssen!

Paket-Nummer: 0523138

Region:	 Gesamt-Deutschland
Teilnehmer:	 20 - 1.500 Teilnehmer
Verfügbarkeit:	 ganzjährig
Dauer:	 1.5 Stunden
Mögliche Sprachen:	 Deutsch
Preis kein MwSt. -Ausweis:	 ab 7.000,00 € pauschal

Referent

Burnout-Killer *Stressabbau und Resilienz*

Burnout-Prophylaxe *Entspannung und Resilienztraining* Tauchen Sie ein in ein Meer des Loslassens und der Achtsamkeit! Mit Hingabe und...

Beschreibung

Sie werden Ihre Welt mit neuen Augen sehen! Nach diesem Stressabbau- und Resilienztraining integrieren Sie diese neuen Impulse in ihr Verhaltensrepertoire und werden so flexibler bei wechselnden und unvorhersehbaren Ereignissen und Situationen!

Durch Wissensinput und persönliche Erfahrungen wird für alle TeilnehmerInnen so eine Plattform geschaffen, die unterhält und nachhaltige Impulse in Richtung Selbstmanagement setzt. Sie lernen, auch in Ausnahmesituationen die Ruhe zu bewahren, emotional offen zu bleiben und eine stabile mentale Gemütslage zu entwickeln!

Wichtige Hinweise

Überzeugt? Nutzen Sie gerne die nebenstehende Anfragemaske.

Geben Sie dabei bitte Ihren Wunschtermin, die Art der Veranstaltung und die Teilnehmerzahl an.

Zeitlich begrenzte Kapazität! Bitte umgehend buchen, um sich Ihren Wunschtermin zu sichern!

Leistungen inkl.

- **Inhalt**
*Burnout-Prophylaxe *Entspannung und Resilienztraining* *Neue Impulse für mehr Widerstandskraft und Freude* *Feedback der Teilnehmer/Erfahrungsaustausch

Zusatzleistungen

- **Sachbuch des Autors**
Handsignierte Sachbücher des Autors Handsignierte Sachbücher des Autors Auf Wunsch werden handsignierte Sachbücher des Autors Jürgen Kemper je Teilnehmer zur Verfügung gestellt. *Aufbruch in die neue Arbeitswelt - Strategien und Handlungsfelder für den Führungsnachwuchs*, Schäffer Poeschel Verlag P
Preis: 34,95 € p.P. inkl. MwSt

Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können

www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0523138

