



Ressourcen- und Stressmanagement

Szenarisches Training zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit in belastenden Situationen

Burnout und psychische Belastungen zählen zu den wichtigsten Gründen für Fehlzeiten am Arbeitsplatz – auch in Ihrem Unternehmen?

Ihre Mitarbeitenden sollen und wollen an ihrem Arbeitsplatz Hochleistungen erbringen. Dabei ist in vielen Fällen auch die psychische Anspannung entsprechend stark. Hier sind Führungskräfte gefragt, die ihr Team darin unterstützen hohe Belastungen durch ein effektives Ressourcenmanagement abzufedern.

Wir richten uns mit unserem Training daher zum einen an *Führungskräfte*, die auf diese Weise ihre Führungsqualitäten optimieren. Zum anderen richtet es sich an *Teams*, die erprobte Tools zum persönlichen Ressourcenmanagement in der Praxis kennenlernen.

Wir arbeiten im Seminar mit Szenarien aus dem beruflichen Alltag und ermöglichen auf diese Weise den unmittelbaren Bezug auf Erfahrungen in Ihrem Unternehmen.

Training für Führungskräfte

- Rolle von Führungskräften
- Reflexion von Führungshandeln
- Prozessmoderation durch Führungskräfte
- Führungskräfte in der Sandwichposition

Training für Teams

- Teamwork
- Ressourcen- und Zeitplanung
- Stress und Gesundheit
- Eustress und Disstress
- Tools zur Selbstreflexion

Ihr Nutzen Auf Grundlage einer detaillierten Bedarfsanalyse passen wir den Workshop an Ihren individuellen Bedarf an. Sie sichern sich damit eine hohe Effizienz und Effektivität und stützen dauerhaft die Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und erhöhen deren Motivation. Ausfallzeiten reduzieren sich und die Bindung Ihrer Mitarbeiter an Ihr Unternehmen steigt.



Termin

In der Regel Freitag und Samstag, Termine nach Vereinbarung

Ort

Tübingen, Reutlingen sowie Inhouse in Ihrem Unternehmen

Umfang

12 Trainingseinheiten à 45 Minuten (1,5 Tage)

Teilnehmerzahl

Bis zu 10 Teilnehmende

Kursgebühren

€ 1.295,00

Beraterinnen und Berater

Frau Andrea Simma



Wir beraten Sie gerne!

ttg team training GmbH
Holzmarkt 7 · 72070 Tübingen

Telefon: (07071) 5 13 96

Telefax: (07071) 25 29 76

E-Mail: info@team-training.de

www.team-training.de

Mitglied im Netzwerk Fortbildung
(gefördert durch das Ministerium
für Finanzen und Wirtschaft Baden-
Württemberg)

Unser Qualitätsmanagement ist
zertifiziert nach DIN EN ISO 9001.
Wir sind zugelassener Träger nach AZWV.

