

WORKSHOP-REIHE

MIT IMPULSEN AUS DER LOGOTHERAPIE & EXISTENZANALYSE

WIDERSTANDSKRAFT

IN STÜRMISCHEN ZEITEN



Die Belastungen und der Stress am Arbeitsplatz haben durch die multiplen Krisen in den letzten Jahren weiter zugenommen. Verschiedene Studien und unsere Erfahrungen zeigen, dass immer mehr Menschen einem extremen Zeitdruck ausgesetzt und schlicht überlastet sind. Diese Überlastung kann rasch zu verschiedenen Gesundheitsproblemen und in Folge zu langen Krankenständen führen.

Hier gilt es rechtzeitig vorzubeugen und Maßnahmen im Bereich Psychische Gesundheit zu setzen. Unsere Workshop-Reihe „Widerstandskraft in stürmischen Zeiten“ kann ein erster Schritt sein, um in Ihrem Unternehmen die Weichen für die herausfordernde Zukunft zu stellen.

Die Workshop-Inhalte basieren auf der Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl und sollen helfen, einen sinnvollen Umgang mit den Herausforderungen unserer Zeit zu finden. Ziel ist es, Freiheiten und Gestaltungsmöglichkeiten zwischen diversen Einschränkungen und Belastungen zu entdecken.



MODUL 1

Bestandsaufnahme
Innehalten &
Bedürfnisse
wahrnehmen

MODUL 2

Burnout-Prävention
Was sind die
Ursachen & wie
schütze ich mich

MODUL 3

Eigene Ressourcen
erkennen & stärken

MODUL 4

Unsere Werte
im Team

MODUL 5

Unsere Fehlerkultur
& wertschätzende
Kommunikation

MODUL 6

Transfer des
Gelernten in den
Berufsalltag

**Die 6 Module sind nur gemeinsam buchbar.
Je nach Bedarf können weitere Module dazugebucht werden.
z.B. Konflikte & Mobbing, Tod & Trauer im Betrieb usw.**

**Zeit: 3 x 50 Minuten pro Modul
Kosten: Preis auf Anfrage. Förderung durch das AMS möglich. Wir beraten Sie gerne.
Ort: Bei Ihnen im Unternehmen oder in einem externen Seminarraum**



MMAG. HARALD NIEDERL

Selbständiger Psychologischer Berater auf Basis der Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl in eigener Praxis.

Magister der Internationalen Wirtschaftswissenschaften & Magister der Betriebswirtschaftslehre

Langjährige Erfahrung als Produkt- und Marketing-Manager in der Tourismus-, Lebensmittel- und Verpackungsbranche

www.niederl-beratung.com

info@niederl-beratung.com

+43 (0) 677 614 465 41



ANDREA ALDOSSER B.A.

Beraterin für Sinn- und Werteorientierung nach Viktor E. Frankl

Betriebswirtschaftsstudium - Schwerpunkt Personal- und Organisationsentwicklung

Über 30 Jahre Erfahrung in der Wirtschaft, im Tourismus und im Bildungsbereich

www.andrea-aldosser.at

beratung@andrea-aldosser.at

+43 (0) 664 21 81 100