

Team Resilienz stärken



Zielsetzung

- Lernen Sie achtsam mit den Ressourcen in Ihrem Team umzugehen und fördern Sie das Selbst- und Stressmanagement in Ihrem Team



Inhalte

- Analyse des bestehenden Selbst- und Stressmanagements
- Ressourcen und Potenziale des Teams kennenlernen und bewusst einsetzen
- Achtsamkeit, Selbstwahrnehmung und Selbstregulation
- Arbeitsformen finden, um die Leistungsfähigkeit des Teams nachhaltig zu sichern



Nutzen

- Die Leistungsfähigkeit langfristig erhalten.
- Die Arbeitsmotivation und das Energielevel jedes einzelnen Mitarbeiters verbessern.



Umfang

- 1 Tag

Coach-Profil



Matthias Reinhardt

Ausbildung:

Diplom Psychologe
Systemischer Berater (ISB Wiesloch)
Bankkaufmann (BayernLB)

Berufserfahrung:

13 Jahre HR Personal- und Organisationsentwickler
in unterschiedlichen Rollen und Organisationen
HR Business Partner DACH
Führungskraft (Teamlead HR L&OD)

Systemischer
Berater



Associate Coach
(DBVC)



TMS-Practitioner



Coaching

- Führungskräftecoaching
- Business Coaching
- Berufliche Orientierung
- Selbst- und Stressmanagement (Resilienz)
- Potenzialentfaltung



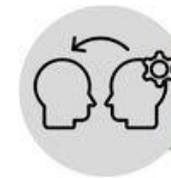
Teamentwicklung

- Neu in Führung
- Führen durch Veränderungen
- Team-Zusammenhalt
- Team-Leistungsfähigkeit
- Team-Resilienz



Seminare

- Für Fach- und Führungskräfte
- Berufliche Orientierung
- Selbst- und Stressmanagement (Resilienz)
- Arbeitsbeziehungen



HR-Beratung

- Führungskräfteentwicklung
- Talentmanagement
- Change-Management
- Kulturentwicklung