

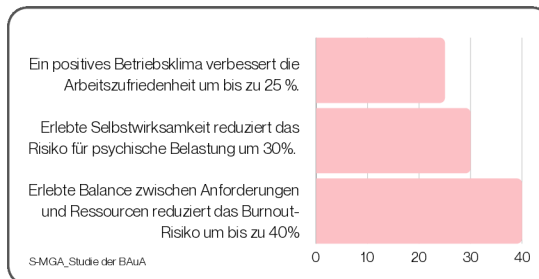
HIGH PERFORMANCE NEEDS HIGH WELLBEING

Über den Einfluss mental starker Mitarbeiter:innen auf den Unternehmenserfolg

Unser Angebot:

In unserem interaktiven **Workshop** verbinden wir individuelle, mentale Stärken, Teamperformance & Leistungsfähigkeit.

Die psychische Gesundheit & ein gesundes Selbstwertgefühl sind entscheidende Faktoren für nachhaltige Leistung, ein konstruktives Arbeitsklima und weniger Krankenstände.



Workshop-Inhalte:

- 1. Mentale Gesundheit stärken:** Erkennen und Lösen von Stressfaktoren und mentalen Blockaden. Optimismus, Zuversicht und Lösungsorientierung als Grundhaltung.
- 2. Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen & Selbstwert fördern:** Techniken zur Steigerung des Selbstvertrauens und zur Entwicklung eines stabilen Selbstwertgefühls. Selbstwirksamkeit als Schlüsselkompetenz.
- 3. Emotionale Intelligenz und Empathie entwickeln.** Wir trainieren die Fähigkeit, eigene Emotionen und die von anderen besser wahrzunehmen und zu steuern. Dies fördert ein einfühlsames und konstruktives Miteinander im Arbeitsalltag.
- 4. Potentiale & Stärken bewusst machen und fördern.** Eine gezielte Stärkenanalyse macht die individuellen Fähigkeiten der einzelnen Mitarbeiter:innen bewusst und führt damit zur weiteren Potentialentfaltung innerhalb der Teams und des Unternehmens.

Ihr Mehrwert:

- **Mehr Leistung durch Wohlbefinden:** Gesunde, selbstbewusste Mitarbeiter:innen tragen nicht nur aktiv zu einem harmonischen Arbeitsumfeld bei, sondern zeigen auch bessere Leistungen.
- **Authentische Perspektiven:** Als Trainerteam vereinen wir weibliche und männliche Blickwinkel und schaffen eine Balance, die Vertrauen und Offenheit im Team fördert und Geschlechterbarrieren auflösen kann.
- **Langfristige Effekte:** Unser Workshop geht über einmalige Tipps hinaus und vermittelt Ihren Mitarbeiter:innen Werkzeuge und Methoden, die langfristig in den Alltag integriert werden können. Individuelle Learnings-Nuggets nach dem Workshop unterstützen den Praxistransfer.
- **Verbessertes Miteinander:** Durch ein gestärktes Selbstverständnis der Mitarbeiter:innen wird Teamgeist, Lösungskompetenz und Kommunikation gefördert.

Warum dieser Workshop?

Dieser Workshop bietet somit eine einzigartige Kombination von Perspektiven, da wir als Trainerteam die weibliche und männliche Sichtweise einbringen. Ihre Mitarbeiter:innen profitieren von einem umfassenden, authentischen Ansatz, der Raum für unterschiedliche Bedürfnisse und Erfahrungen schafft – ein entscheidender Mehrwert für Teams und Unternehmen.

Alle Details auf einen Blick:

- **Dauer:** 2-Tages-Workshop + individuelle (online) Learning-Nuggets
- **Zielgruppe:** Mitarbeiter:innen aller Ebenen, Teams und Führungskräfte
- **Teilnehmerzahl:** Ideal für Gruppen von 10-15 Personen

Lassen Sie uns gemeinsam den Grundstein für ein leistungsstarkes, gesundes und harmonisches Arbeitsklima legen. Kontaktieren Sie uns jetzt für ein erstes Beratungsgespräch.