



Resilienz im Arbeitsalltag stärken!

Fördern Sie die Stabilität und mentale Stärke Ihrer Mitarbeitenden

Mit Selbsteinschätzungstest

Resilienz stärken – für die mentale Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden

„Mitarbeitende sind Motor und Herzstück eines jeden Unternehmens. Im Idealfall arbeiten sie in interdisziplinären Teams unterschiedlichen Alters engagiert zusammen, um die Unternehmenszukunft mit innovativen Ideen und Produkten zu sichern.“

In der heutigen Arbeitswelt steigen die Belastungen für Mitarbeitende und Führungskräfte stetig an. Dies äußert sich bei immer mehr Menschen in einer subjektiv zunehmend steigenden Stressbelastung. Die Anzahl der Ausfalltage und langfristigen Erkrankungen durch stressbedingte Ursachen haben in den vergangenen Jahren – auch bei jungen Menschen – enorm zugenommen. Dies führt nicht zuletzt häufig zu noch mehr Belastungen in den Arbeitsgruppen, zwischen Mitarbeitenden und Vorgesetzten und am Ende auch zu einer steigenden Anzahl von Krankheitstagen und ungewollten Kündigungen. Deshalb ist es eine sinnvolle Investition, präventiv in die Fähigkeiten von

Mitarbeitenden zu investieren, sich robuster und widerstandsfähiger gegenüber diesen Einflüssen von außen zu machen. Resilienz ist die Zukunftskompetenz, die viele Unternehmen inzwischen aktiv fördern und unterstützen. Eine resiliente Arbeitsumgebung macht Mitarbeitende aller Altersgruppen widerstandsfähig gegen Stress und Unsicherheit. Die Stärkung sozialer Beziehungen, ein positives Selbstbild und ein bewusster Umgang mit Veränderungen tragen dazu bei, die Potenziale der Mitarbeitenden optimal zu nutzen. Resilienz fördert so eine positive Unternehmenskultur, die die Innovationsfähigkeit und das Wohlbefinden aller, unabhängig von ihrem Alter, unterstützt.

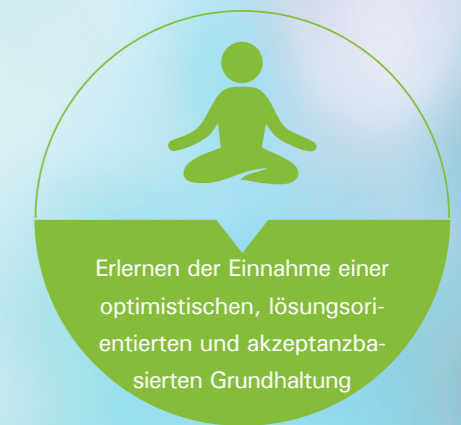
Wie steigern wir die Resilienz Ihrer Mitarbeitenden?

Provadis hat ein Seminar zur Stabilisierung der mentalen Gesundheit und Steigerung der Resilienz Ihrer Mitarbeitenden entwickelt. In diesem Seminar lernen Ihre Mitarbeitenden zu Beginn durch einen Selbsteinschätzungstest ihren derzeitigen Stresslevel einzuschätzen. In sieben Schritten leiten

zwei qualifizierte Trainer:innen Ihre Mitarbeitenden an, besser mit psychischen Belastungen und Leistungsdruck umzugehen. Unsere Trainer:innen setzen eine Vielzahl moderner und wirkungsvoller Methoden nach neuesten pädagogischen Erkenntnissen ein.



Ziele und Durchführung



Teilnehmendenkreis

Arbeitnehmende und Führungskräfte, die ihre Kompetenzen erweitern möchten, um in Krisenzeiten besser mit psychischen Belastungen umgehen und sich selbst stabilisieren zu können.

Durchführungsform

- ➔ 2 Tage Präsenzseminar sowie optional ein Follow-up-Termin ca. 3 Monate später
- ➔ Gruppen bis zu maximal 16 Teilnehmende
- ➔ Die Seminare werden voraussichtlich von 9:00 bis 17:30 Uhr gerne auch in Ihrem Unternehmen durchgeführt. Termine nach Absprache.

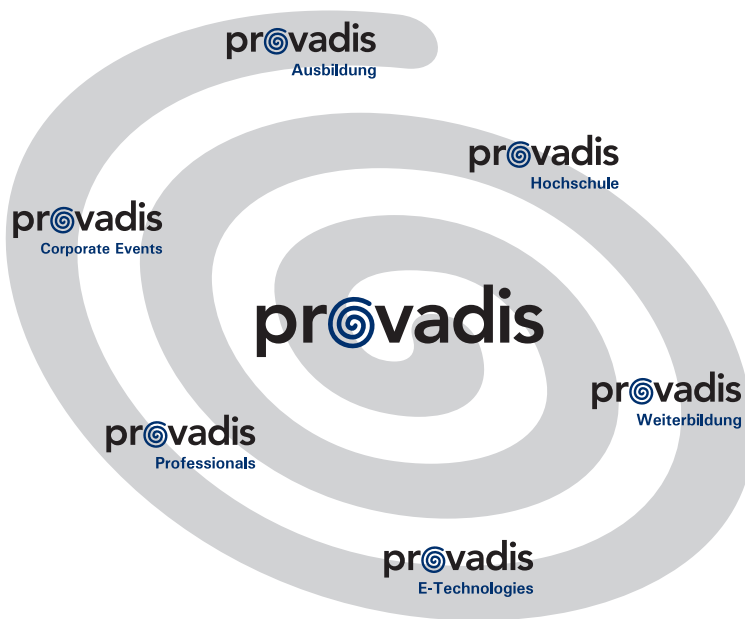
Sprechen Sie uns an – wir unterbreiten Ihnen ein individuelles Angebot, zugeschnitten auf Ihre Bedürfnisse!

Abschluss

Teilnahme-Zertifikat
„Resilienz stärken: Ihr Booster für den Arbeitsalltag“



Die Kraft der Synergie: Entwicklung Ihrer Fachkräfte aus einer Hand



Ihr persönliches und unternehmerisches Weiterkommen ist die Grundlage für unseren Erfolg. Mit über 50 Jahren Erfahrung im Bildungsmarkt vereint die Provadis Gruppe ein einzigartiges Leistungsspektrum. Nutzen Sie Praxisnähe und Synergien des Fachkräfte-Entwicklers der Industrie zur Realisierung Ihrer Ziele.

Sie haben Fragen?

Kommen Sie gerne auf mich zu, ich freue mich auf Sie!



Dipl.-Psych. Harald Müller
Tel.: +49 69 305-84478
harald.mueller@provadis.de

Provadis

Partner für Bildung und Beratung GmbH
Industriepark Höchst
65926 Frankfurt am Main

Provadis – Ein Unternehmen der Infracore Höchst Gruppe

Auch diese Themen könnten Sie interessieren:

Fortbildung und Qualifizierung
für die Chemie- und Pharma-
branche



Ausbildung in
Partnerschaft mit Provadis



Das Studienangebot für Ihr
Unternehmen

