

Resilienz

Resilienz - Die innere Heilquelle?

Erkennen Sie Ihre eigenen Stärken und bleiben Sie auch in schwierigen Zeiten gesund und stabil.

Lernen Sie außerdem, wie Sie Ihre Stärke gewinnbringend für die Betriebsratsarbeit nutzen können.

Seminarinhalt

Grundlagen

Was ist Resilienz? | Psychologische Grundlagen und Hintergründe | Die sieben Säulen der Resilienz | Modewort oder Kraftquelle

Persönliche Resilienz

Vorhandene Ressourcen erkennen | Die richtigen Praktiken anwenden | Besserer Umgang mit Belastungen | Innere Stärke aufbauen | Resilienzpraktiken anwenden | Umgang mit Krisen und persönlichen Herausforderungen

Betriebsratsarbeit und Resilienz

Aufgaben und Handlungsmöglichkeiten | Betriebliche Resilienz stärken | Vertrauensvolle Zusammenarbeit und Wertschätzung im Betrieb | Ziele definieren und Vorhaben festlegen

Ihr Nutzen

Innere Stärke aufbauen und besserer Umgang mit Belastungen | Zu einem gesunden und stressfreien Arbeitsumfeld beitragen

Zielgruppe

Alle Betriebsratsmitglieder | Alle Schwerbehindertenvertreter

Seminardauer

3,5 Tage

Tag 1 09:00 Uhr – 17:00 Uhr

Tag 2 09:00 Uhr – 17:00 Uhr

Tag 3 09:00 Uhr – 17:00 Uhr

Tag 4 09:00 Uhr – 13:00 Uhr

Teilnahmegebühr

1190,00 € zzgl. MwSt. & Hotel- und Verpflegungskosten

Hotel- und Verpflegungskosten

Entnehmen Sie bitte unseren Standortseiten

Stornobedingungen

Kostenfreie Stornierung bis zu 21 Tage vor Seminarbeginn

Schulungsanspruch

§ 37 Abs. 6 BetrVG

bei SBV: § 179 Abs. 4 SGB IX

Jetzt anmelden!

 anmeldung@aw-betriebsrat.de

 06691 / 779 27 55

 06691 / 779 27 59