

Mentaler Snack bei den „artgenossen“ in Lindlar

Einladung zu einer Vortragsveranstaltung

Wellness für Ihr Unternehmen!

„Burnout“ muss nicht sein: Wie entsteht diese Belastung und wie können Sie sich und Ihr Unternehmen davor schützen?

Stress gehört in der heutigen Arbeitswelt zu den normalen Bedingungen unseres Lebens. Wir alle kennen Situationen, in denen uns alles über den Kopf zu wachsen scheint. Als Führungskraft haben Sie dabei zusätzlich Verantwortung für Ihre Mitarbeiter, die sich möglicherweise selbst in diesen Situationen überfordert fühlen.

Mit Stress adäquat umzugehen fällt daher manchmal schwer. Diese Situationen können zu dem sogenannten **„Burnout“** führen. Damit ist eine psychische Überbelastung gemeint, die es uns längerfristig erschwert, unseren Aufgaben gut nachzukommen.

Vortragsthema:

- **Was genau steckt genau hinter dem Begriff?**
- Was können Sie – gerade als Führungskraft – für sich und Ihre Mitarbeiter tun, um **psychische Immunstärke** aufzubauen?
- Sie erhalten konkrete und **pragmatische Tipps und Hinweise**, woran Sie erkennen können wie „burnoutgefährdet“ Ihr Team ist und welche konkreten Aktivitäten zu ergreifen sind, um Ihr Unternehmen gesund zu erhalten.
- Was sind die sogenannten stärkenden Faktoren (**„Resilienzfaktoren“**), die es Ihnen ermöglichen, auch in anstrengenden Situationen handlungsfähig zu bleiben?.

Während dem Vortrag haben Sie Zeit und Möglichkeit Fragen zu stellen. Im Anschluss stehe ich Ihnen selbstverständlich gerne für **persönliche Anliegen** zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Sie!

Auf meiner Homepage erhalten Sie weiterführende Informationen. Kontaktieren Sie mich mich gerne jetzt schon vorab:

www.beratungimkontext.de/gesundheitsmanagement

Datum: Donnerstag, der 22. September 2011, um 19 Uhr
Ort: Landarhotel artgenossen, Pollerhofstraße 35-37, 51789 Lindlar
Telefon: 02266 – 90128-0
Home: www.artgenossen-gmbh.de

Über telefonische Anmeldung würden wir uns freuen.

Dagmar Wiegel, Systemische Supervisorin und Organisationsentwicklerin (DGSF)
Köln 2011