

Stress- & BurnOut-Prophylaxe II

Wenn der Motor zu stottern beginnt.

Wachstum als Grundprinzip.



„Wenn wir zu handeln aufhören, kommt, was wir befürchten, bestimmt.“

Z

Stress- & BurnOut-Prophylaxe II

Das KEV-Coaching

Das KEV-Coaching „Stress- & BurnOut-Prophylaxe“ zielt nicht primär auf die Wissensvermittlung.

In einem erlebniszentrierten Prozess fokussiert sich das Coaching auf die Verbesserung der Selbstwahrnehmung, der Selbstreflexion und der Sensibilität für Stress erzeugende Dynamiken.

In erlebniszentrierter Art und Weise erfahren die Teilnehmer, den Stress frühzeitig wahrzunehmen, ihn in seiner Funktion zu verstehen und ihn gezielt in seiner Wirkung zu gestalten.

Die Seminare und Workshops der FreiRaum-Beratung sind lernende Einheiten. Ihre Inhalte und die jeweiligen Fragestellungen werden an den Kunden unternehmensspezifisch angepasst.

Für einen nachhaltigen Praxistransfer bietet es sich an, konkrete Themen aus der täglichen Praxis anzuführen und konkret zu bearbeiten.

Durch unsere erlebniszentrierten Methoden können die Teilnehmer die neuen Erfahrungen direkt in erfolgreichen Verhaltensweisen einüben.



Die FreiRaum-Beratung entstand 2002 als Pilotprojekt. Heute ist sie fest verwurzelt. Von Anfang an konnten die Ziele für unsere Kunden in der Diagnostik, im Coaching und der Team- & Führungskräfteentwicklung erfüllt werden.

Die Berater der FreiRaum-Beratung verfügen über umfassende Qualifikationen und Erfahrungen aus den Bereichen der ressourcenorientierten Personal- und Organisationsentwicklung. Hierzu zählen die verschiedensten Methoden und Instrumente der Personal-diagnostik, der Potenzialanalysen als auch das themenspezifische Sortiment an Qualifizierungsmaßnahmen.

Alle Berater der FreiRaum-Beratung verfügen über mindestens zwei akkreditierte universitäre und / oder außeruniversitäre Abschlüsse in ihrem Themenfeld. Alle Kooperationspartner werden nach einem strengen Qualitätsstandard ausgesucht. Das hohe Niveau und die nachhaltige Qualität der Leistungen der FreiRaum-Beratung sind feste Bestandteile des Leitbildes.



Führungskräfteentwicklung mit System

Wachstum als Grundprinzip.

Innerhalb des Coachings wird der Frage nachgegangen, was macht der Stress mit ‚mir‘ selbst.

Erst wenn man in der Lage ist, den Stress frühzeitig wahrnehmen und ihn in seiner Wirkung verstehen zu können, kann man seine eigenen, wirksamen Strategien der BurnOut-Prophylaxe entwickeln.

In erlebniszentrierter und körperorientierter Weise wird in Einzel- oder Gruppensitzungen die gestaltende Kraft von Stress erfahren. Hierfür werden Erfahrungen der Kursteilnehmer in gruppendynamischen Übungen aufgegriffen.

Mit systemischen Methoden der Team- und Führungskräfteentwicklung erfahren die Teilnehmer, Stress erzeugende Dynamiken frühzeitig wahrzunehmen, ihre eigene Rolle zu reflektieren und die Wirkung des Stresses über die eigene Person hinweg zu erfassen.

KEV-Coaching ist Selbsterfahrung.

Ziel ist es, dass die Teilnehmer in verständlicher, nachvollziehbarer, emotional befriedigender und umsetzbarer Art und Weise dafür sensibilisiert werden, in ihrer Arbeitswelt Stress frühzeitig in seiner komplexen Natur wahrnehmen und auflösen zu können.

KEV-Coaching entspricht systemischen Prinzipien!

Wir betrachten nicht nur den Einzelnen, sondern das Ganze.

KEV-Coaching ist emotional!

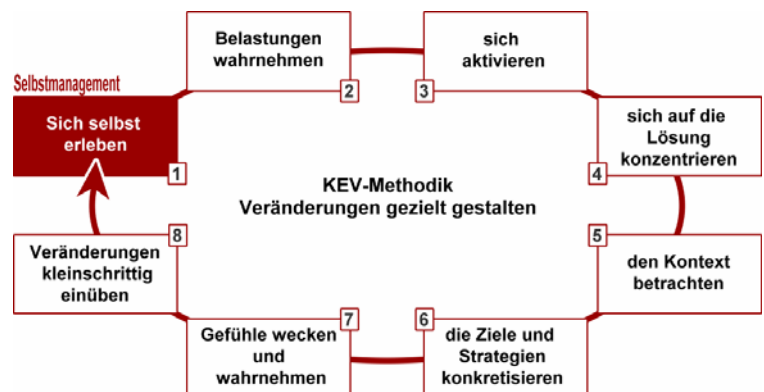
Wir fangen positive als auch negative Emotionen auf.

KEV-Coaching ist nachvollziehbar!

Wir zaubern nicht, sondern legen die Karten offen.

KEV-Coaching übt die erfolgreiche Umsetzung!

Wir wollen keinen A-ha-Effekt, sondern nachhaltige Verbesserung.



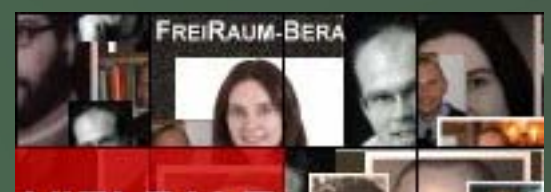
Das erlebniszentrierte Coaching ermöglicht den Teilnehmern, die neuen Erfahrungen nicht nur oberflächlich aufzunehmen, sondern emotional zu erfahren und in konkreten Verhaltensweisen einzuüben.

Falls Sie weitere Informationen benötigen, präsentieren wir Ihnen gerne das komplette Curriculum bei einem persönlichen Kennenlernen und erstellen ein individuelles Angebot für Ihren Bedarf.

Rufen Sie uns einfach an oder schicken Sie uns eine Email.

FREIRAUM-BERATUNG

Team- & Führungskräfteentwicklung mit System



fundiert. leistungsstark. menschlich.

FREIRAUM-BERATUNG
Team- & Führungskräfteentwicklung
mit System

FREIRAUM-BERATUNG



FreiRaum-Beratung

Team- & Führungskräfteentwicklung mit System

Damerowstraße 57
D-13187 Berlin

Tel.: +49(0)30 250 10 166
Mobile +49(0)179 74 37 457

Email info@freiraum-beratung.de