



Investieren Sie
in Ihr Betriebliches Gesundheitsmanagement!

Investieren Sie
in Ihre Mitarbeitenden!

Investieren Sie
in Ihre Zukunft!

aisthetos Psychologie

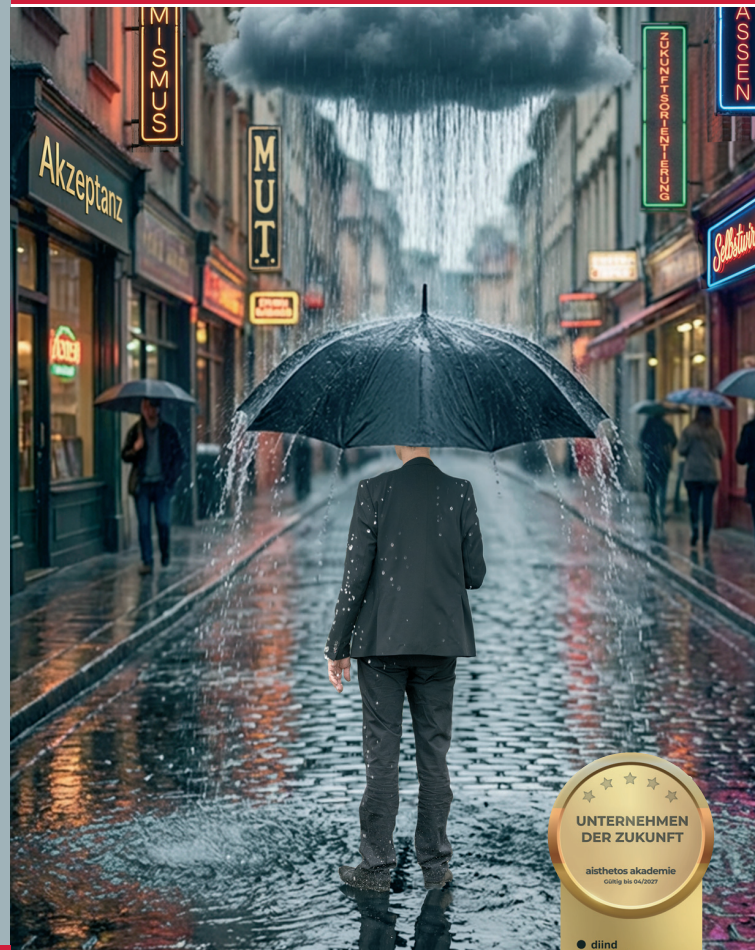
Friedrichstraße 36
56564 Neuwied
Telefon: 0 162 46 86 889
info@aisthetos-akademie.de
www.aisthetos-akademie.de



Inhouse und Offsite-Workshops

Mentale Gesundheit und Resilienz!

für Unternehmen und Organisationen



aisthetos[®]
Psychologie
Mentale Gesundheit Kommunikation



Wir arbeiten mit handlungsorientierten Methoden basierend auf Erkenntnissen der aktuellen Stress- und Resilienzforschung.

Darüber hinaus werden die Teilnehmenden digital begleitet, um den Transfer in den Arbeitsalltag zu sichern.

RESILIENZ, STRESSREGULATION UND SELBSTMANAGEMENT

Ein Workshop für Ihre Mitarbeitenden und Führungskräfte, die in herausfordernden Zeiten stark und handlungsfähig bleiben wollen.

Der Arbeitsalltag wird schneller, anspruchsvoller und komplexer. Ständige Veränderungen fordern stetig mehr Aufmerksamkeit und Energie. Der weltpolitische Wandel verdichtet diese Herausforderungen.

DAS ERWARTET DIE TEILNEHMENDEN IN UNSEREN WORKSHOPS:

- die eigene Resilienz kennen lernen und stärken
- persönliche (vergessene) Ressourcen aktivieren
- neue notwendige Kompetenzen entwickeln
- Techniken zur mentalen Stabilisierung und schnellen Stressregulation erfahren
- ein besseres Selbstmanagement am Arbeitsplatz etablieren

DOPPELBESETZUNG - DIE KOMBINATION VON FACHLICHER EXPERTISE:

- **Bruno Hoeller,**
Psychologischer Psychotherapeut
(Psychotherapie, Supervision, Coaching, Paartherapie)
Theaterpädagoge BuT®
- **Sabine Parker,**
Personalentwicklerin M.A.,
Kulturpädagogin B.A., Theaterpädagogin BuT®;
Coachin für Stressmanagement und Agilität

INVESTITION:

Kontaktieren Sie uns für ein unverbindliches und für Sie maßgeschneidertes Angebot!