



Achtsamkeitsbasierte Intervention - Säulen für eine agile und gesundheitsorientierte Personal- und Organisationsentwicklung

Psychosoziale Risiken aus der Ursachensicht thematisieren, neurowissenschaftliche Erkenntnisse bzgl. der achtsamkeitsbasierten Veränderlichkeit gefestigter Verhaltensrepertoire beleuchten, achtsamkeitsbasierte Übungen lernen, um flexibler und situationsangemessener in Stresssituationen und immer komplexer werdenden Unternehmensszenarien (welche durch das Akronym „VUCA“ beschrieben werden) zu reagieren, durch Achtsamkeitspraxis emotionale und soziale Kompetenzen in Führung und Zusammenarbeit ausbauen, Achtsamkeit als Meta-Kompetenz um Aufmerksamkeit, Konzentration und Kreativität zu schulen, Achtsamkeit für sich selbst und im Unternehmen als feste Säulen einer Lern- oder Unternehmenskultur schätzen lernen.

Zielgruppe

Manager Personalentwicklung, Manager Organisationsentwicklung, Führungskräfte, Manager betriebliches Gesundheitsmanagements

Marianne Reimann

Dipl. Wirtschaftswissenschaftlerin in International Business Studies, Human Resources Management

Zertifizierter Professioneller Coach;

Zertifizierte Lehrerin für Achtsamkeit, Resilienz, Selbstmitgefühl; Zertifizierte Kräuterpädagogin

Termin 1. Jahreshälfte 2020

2 Tage

1. 30. Juni 2020

2. 01. Juli 2020

- Achtsamkeitstrainings zur Stressbewältigung und gesünderer Lebensführung (8-10 Wochen Kurse)
- Mehrwöchige Blöcke Achtsamkeitsbasiertes Selbstmitgefühl (MSC)
- Achtsamkeits- und Resilienz-Coaching nach individueller Vereinbarung
- Bevorzugter Teilnahmeplatz an Achtsamkeitstagen (ab Sommer 2020)
- Diverse Mindful Leadership Trainings
- Achtsamkeit als Säulen der Personal- und Organisationsentwicklung
- Stressbewältigungskurse
- Achtsame Kommunikation
- Resilienz und Wohlbefinden am Arbeitsplatz
- Interessante Aufträge im Partnernetzwerk (Burnout im Unternehmen, Organisationsmanagement, Psychosoziale Risiken...)

In Kooperation mit renommierten Weiterbildungsinstituten in Luxembourg

Fragen Sie mich? Ich informiere Sie gerne.

Weitere Infos:

info@go-mindful.lu | 00352 621.170.122 |

www.go-mindful.lu

„Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne.“