



Aus dem Stress in die Balance

- das Coachingorientierte Trainingskonzept zum konstruktiven Umgang mit Stress von

Stress verursacht Kosten

In den meisten Unternehmen ist die Arbeitsbelastung derzeit sehr hoch.

Das führt für die Mitarbeiter zu Stress.

Die für das Unternehmen teuren Folgen sind:

- hohe Fehlerhäufigkeit
- geringe Arbeitseffektivität
- vermehrte Konflikte
- Reibungsverluste
- erhöhte Fehlzeiten
- Krankheitskosten

Lassen Sie es nicht so weit kommen!

Nutzen des Trainingskonzepts

Die hohe Arbeitsbelastung zu hinterfragen und zu bewerten führt oft zu Frustration und weiterem Stress. Das Trainingskonzept betrachtet die Situation als gegeben und die Mitarbeiter können:

- Stress neu bewerten
- mit Stress konstruktiv umgehen
- Stress abbauen / kompensieren

Unterstützen Sie Ihre Mitarbeiter!

Rufen Sie uns an oder mailen Sie uns.

Wir sprechen Ihre individuellen Ziele direkt vor Ort mit Ihnen ab und konzipieren dann die konkreten Inhalte!

info@kitt.biz 05254-64646 oder 0211-54412025

Marion Recknagel hat 15 Jahre Trainingserfahrung in den Bereichen Mitarbeiterführung und Kommunikation. Ihr BWL Studium mit den Schwerpunkten Personal- und Bildungswesen und die Weiterbildung zur Mediatorin bilden ihre fachliche Basis. Für das Thema Stress bringt sie Kenntnisse in verschiedenen Entspannungstechniken, Brain Gym, Bewegungsübungen zum Stressabbau, Qi Gong, Yoga und ihre Coachingerfahrung ein.



Ulrich Thöne hat 21 Jahre Erfahrung in Konzeption und Durchführung persönlichkeitsentwickelnder Trainings für Führungskräfte und deren Mitarbeiter. Relevante Ausbildungen: Systemische Berater- und Coachinausbildung, Körperorientierte Coachinausbildung. Umfassende langjährige Erfahrung: Führungs-, Trainings- sowie Lebenserfahrung, verschiedene Entspannungs- und Meditationsmethoden. Dadurch entsteht eine gute Mischung aus Theorie und Praxis.