

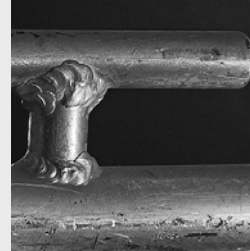
ANALYSIS

SALES

COMMUNICATION

LEADERSHIP

PERSONALITY



## Work-Life-Balance

### Ausgleich in Beruf und Alltag

#### **Inhalt**

Nur wenn die Verbindung aus Leben und Arbeit, das Dreieck aus Zeit, Geld und Gesundheit ausbalanciert, kann der Mitarbeiter seinen Herausforderungen mit Energie und Lebensfreude begegnen.

#### Wege zum Ausgleich:

Visions- und Zielformulierung, Wünsche erkennen und verwirklichen, Grundlagen der Motivations- und Effektivitätssteigerung, Strategien innerer Balance, Aktivierung eigener Kraftquellen, Bewusster Umgang mit persönlichen Ressourcen

Optional: Durchführung mit Shaolin Mönchen aus China in Zusammenarbeit mit dem International Shaolin Institute e.V. (ISI)

#### **Nutzen**

- Höhere Unternehmensrendite durch verringerte Fehlzeiten, niedrigere Personalfuktuation und gesteigerte Motivation der Mitarbeiter
- Integrierter Lebens-Arbeits-Ansatz
- Zufriedenheitssteigerung der Mitarbeiter

#### **Methode**

Workshop, Vortrag, Einzel- Coaching

#### **Dauer**

Workshop 2 Tage oder Vortrag (1-4h) o. Coaching (tbd)