

Resilienz

Die seelische Widerstandsfähigkeit stärken

Zielgruppe	Führungskräfte der öffentlichen Verwaltung
-------------------	--

Ihr Nutzen	Sie lernen die sieben Säulen der Resilienz kennen und stärken Ihre Widerstandskraft und Ihren Ressourcenreichtum durch eine klarere Selbstwahrnehmung, Selbstführung und realistische Akzeptanz.
Inhalt	<ol style="list-style-type: none">1. Was ist Resilienz?<ul style="list-style-type: none">- Historie des Begriffs- Bedeutung und Inhalt2. Säulen und Schlüsselemente<ul style="list-style-type: none">- Optimistische Emotionssteuerung bis Zielorientierung- Methoden auf dem Weg zu erhöhter Widerstandskraft und Ressourcenreichtum3. Praxistransfer<ul style="list-style-type: none">- Analyse des eigenen Resilienzprofils- Baukasten für den Alltag – Konkrete Vorhaben festlegen
Dozent	Dr. Lutz Kehler (Trainer für Organisations- und Personalentwicklung, Wirtschaftsmediator, Coach und Teamcoach)

Nummer	F-01-22/24
Termin	4. Dezember 2024 von 09:00 bis ca. 16:00 Uhr
Ort	SKSD, Schulgasse 2, 01067 Dresden (Raum s. Aushang 5. Etage)
Entgelt	131,00 € Mitglieder des Zweckverbandes 170,00 € Nichtmitglieder

Zu allen neuen Veranstaltungen, neuen Terminen und Last-Minute-Angeboten können Sie sich auf www.skds.de informieren.