

Team-Tag in der Natur

Jetzt positive Energie tanken und neue Perspektiven entwickeln

Beschreibung: Geht es Ihnen auch so? Die letzten Jahre waren herausfordernd. Sie haben persönlich und im Team Ihr Bestes gegeben, um trotz Pandemie, Klima-, Energiekrise und dem Krieg in der Ukraine Ihren Alltag positiv zu gestalten. Auch wenn Ihnen das oft gelungen ist, hat das Spuren hinterlassen. Damit sind Sie nicht allein. Hier helfen uns zwei Superkräfte: Selbstreflexion und Achtsamkeit.

- Ziele:**
- In der Natur neue Perspektiven gewinnen und eine positive Dynamik anstoßen, die auch danach noch trägt
 - Gemeinsam klären, was über die nächsten stürmischen Wellen trägt
 - Selbstwirksamkeit persönlich und im Team erhöhen
 - direkt umsetzbare Lösungsideen entwickeln und vereinbaren

Zielgruppe: Teams bestehend aus Führungskräften und Mitarbeitenden

- Inhalte:**
- Reflexion und Austausch zu aktuellen Herausforderungen
 - Ressourcen entdecken und stärken
 - Klarheit und Fokus gewinnen durch vielfältige Methoden
 - Handlungsoptionen ausloten und erste konkrete Schritte für den Alltag entwickeln
 - Mit Leichtigkeit das Zusammenspiel von interaktiven Übungen und wissenschaftlichen Erkenntnissen nutzen und so Körper, (Team)Geist und Seele stärken

Termin: Individuell zu vereinbaren

Dauer: 1 Tag, z.B. 9.00 bis 16:30 Uhr

Ort: Individuell zu vereinbaren

Trainerin: Andrea Fenske · Sandweg 83 · 60316 Frankfurt
andrea.fenske@vitalperspektiven.de
069 · 17 50 66 72
0176 · 47 68 10 93