

Seminare für Führungskräfte 28. – 30. September
Stressprävention

Rollenklärung und Analyse der mentalen Einstellung



10
2009



Seminarleitung: Leila Adjemi, 20 Jahre Bühnenerfahrung in den Bereichen Moderation, Gesang und Tanz sowie ein Studium in Kunsttherapie und Kreativpädagogik stellen die Basis ihrer Kompetenz dar. Seit 10 Jahren schult sie europaweit Ärzte, Führungskräfte und Oberbürgermeister in Ausstrahlungskraft und Körpersprache, wobei Körperarbeit ein wichtiges Medium darstellt.

28.–30. September 2009 → Stressprävention Rollenklärung und Analyse der mentalen Einstellung

Kennen Sie das: die Zeit drängt, die Verantwortung steigt, immer mehr läuft nicht mehr so wie geplant ...?

Die Ursachen für Stress sind vielfältig: berufliche und/oder private Überlastung, schlechtes Zeitmanagement u. v. m.

Erfolgreiche Produkte und Dienstleistungen, mit denen Kundenzufriedenheit sichergestellt werden kann, sind heute i. d. R. Resultate interdisziplinärer Projektteams und nicht mehr durch Einzelleistung realisierbar. Damit einher gehen völlig neuartige Anforderungen an die Qualifikation der Mitarbeiter.

Das Verhalten des Mitarbeiters einerseits und das Wissen andererseits bestimmen die Effizienz aller Bereiche eines Unternehmens. Dabei spielt Kommunikation und Kooperation, das zwischenmenschliche Miteinander, Motivation und Lernfähigkeit eine bedeutsame Rolle.

In Einzel- und Gruppenübungen werden Sie Erkennen und Verstehen lernen, wie Stress auf den gesamten Organismus wirkt und biochemische Prozesse die Reaktions- und Kreativitätsfähigkeit verändern.

Stressprävention ist heute für alle Menschen ein Thema!

Die Auseinandersetzung mit dem Thema basiert auf der These, dass der Mensch ein sich selbst regulierendes „System“ ist.

Das Seminar hilft Ihnen nicht nur als Prophylaxe gegen das Burn-Out-Syndrom:

- bei der Analyse Ihres Rollenverständnisses
- beim Erkennen Ihres individuellen Stressverhaltens
- bei der Auswahl Ihres persönlichen Programms zur Überwindung unterschiedlicher Stressfaktoren.

wertebewusst persönlichkeitsbildend qualifizierend

Methoden

- Das Anknüpfen, bzw. in Fluss bringen Ihrer persönlichen Ressourcen findet u. a im Umgang mit künstlerischen Medien, wie Schauspiel und Bewegungseinheiten statt.
- Bestandteil des Seminars ist auch ein alltags-taugliches Mentaltraining, welches Ihre Leistung steigert und nebenbei die Stressresistenz erhöht!

Terminangebot

Montag, 28. September 2009, 14 Uhr bis
Mittwoch, 30. September 2009, 13 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

Tagungskosten

Tagungsbeitrag	€ 310,-
Verpflegung und Übernachtung	€ 190,-
im Einzelzimmer	

Das Angebot umfasst die Vollpension, nur auf die Übernachtung kann verzichtet werden.



Anmeldung und Anfragen

Anmelden können Sie sich schriftlich oder
per eMail: weingarten@akademie-rs.de

Tagungshaus Weingarten

Akademie der Diözese Rottenburg-Stuttgart
Tagungshaus Weingarten
Kirchplatz 7
88250 Weingarten (Oberschwaben)
Tel. +49 751 56 86-0
Fax +49 751 56 86-222
weingarten@akademie-rs.de
www.akademie-rs.de

Verantwortlich:

Dr. Rainer Öhlschläger

Mit der Bahn: Ab Bahnhof Ravensburg in 15 Minu-
ten mit dem Bus Linie 2 bis Weingarten „Post“.
Zu Fuß die Treppe zur Basilika hoch, durch den
linken Torbogen zur Rückseite der Klosteranlage.
Taxifahrpreis von Ravensburg ca. 12 €.

Mit dem Flugzeug: Der Flughafen Friedrichshafen
ist 20 km entfernt und direkt an die Bahnlinie an-
geschlossen. Direktflüge nach Berlin, Dresden,
Frankfurt, Graz, Hamburg, Köln/Bonn und Wien.

Mit dem PKW: Auf der B 30, Ulm – Friedrichshafen,
Abfahrt „Weingarten“ in Richtung Weingarten.
Drei Kilometer geradeaus Richtung Wolfegg. Nach
kurzem Anstieg der Straße der Beschilderung
„Kath. Akademie“ nach rechts folgen. Ruftaste
an der Schranke drücken. Bitte benutzen Sie die
von der Akademie ausgewiesenen Parkplätze!

