



Die Sieben Elemente der Lebens-Resilienz

Humanitäre, gesellschaftliche oder persönliche Krisen – wir stecken mitten drin. Was macht den Unterschied zwischen Menschen, die widerstandsfähig gegenüber schwierigen äußeren Verhältnissen im Vergleich zu denjenigen sind, die nicht wie bisher weiter machen können? Ist es nur eine Frage der Zeit oder gibt es ein Geheimnis, das uns besondere innere Kräfte verleiht?

Dieser Vortrag oder Webinar vermittelt Ihnen ein großes ganzes Bild der Sieben Elemente „des inneren Hauses der Resilienz“ eines jeden Menschen. Kombiniert in den Alltag integriert bleiben Sie mit den Sieben Elementen der Komplexität unseres privaten, gesellschaftlichen und Arbeits-Lebens standhaft.

Die gleichwertigen 7 Elemente der Lebens-Resilienz basieren auf den neuesten psychologischen Erkenntnissen und langjähriger arbeits- und betriebspsychologischer Erfahrung.

Schauen Sie herein und nehmen Sie aus dem Vortrag das innere Bild der Resilienz mit. Darüber hinaus haben Sie die Gelegenheit, den Ist-Zustand Ihrer eigenen Resilienz zu beurteilen, Ihren gewünschten Ziel-Zustand zu definieren und zu erfahren, wie Sie Ihr persönliches Resilienzvermögen erhöhen können.

Inhalte des Vortrags

- Burnout als ein Gegenbeispiel zu Resilienz
- Definition und Kennzeichen von Resilienz
- Abgrenzung zum persönlichen Glück und Wohlbefinden
- Das innere Haus und die 7 Elemente der Lebens-Resilienz
- Der Resilienz-Beurteilungs- und Ziel-Bogen