Published on *weiterbildung.ch* (https://www.weiterbildung.ch)

Energietankstelle Beziehungen - bewusst gestalten & pflegen

Soziale Beziehungen sind ein wesentlicher Aspekt unserer Lebenszufriedenheit. Gute Beziehungen stellen gleichzeitig eine wertvolle Ressource bei der Bewältigung von Herausforderungen und im Umgang mit Stress dar. Aber nicht alle Beziehungen tun uns gut und Konflikte können uns stark belasten.

Setzten Sie sich gezielt mit Ihren persönlichen Beziehungen auseinander. Welche geben Ihnen Rückhalt und welche rauben Ihnen Energie (Energietankstelle oder Energieräuber)? Entwickeln Sie Massnahmen, um Ihre sozialen Beziehungen bewusster zu gestalten und zu pflegen.

Beginn

28.03.2019

Zeit

08:30 - 17:00

Enddatum

28.03.2019
Preis
585 CHF

Adresse

hilf-reich gmbh
Baumgartenstrasse 23
8200 Schaffhausen
info@hilf-reich.ch
bit.ly/2LB0Pvn

Leitung

Beatrix Schilling

Ziel

- Reflexion der eigenen sozialen Beziehungen

- Identifikation von Energietankstellen und Energieräubern
- Entwicklung von Massnahmen zur bewussten Gestaltung der Beziehungen

Inhalt

- Reflexion der eigenen sozialen Beziehungen anhand eines Soziogramms
- Identifikation von Energietankstellen und Energieräubern
- Auswahl der zu gestaltenden Beziehungen
- Entwicklung von Ideen und Massnahmen zur bewussten Pflege der sozialen Beziehungen
- Transferplanung

Zielgruppe

- alle

Voraussetzungen

- Bereitschaft für eine aktive Mitarbeit

Form

Neu
Live-Veranstaltungen

Unterrichtssprache

Deutsch

Klassengrösse

4 - 12 Teilnehmende
Zurück zur Liste

hilf-reich gmbh wertvolle impulse für veränderungen

+41 52 511 13 35
info@hilf-reich.ch
www.hilf-reich.ch
Kontakt speichern

Anfrage

Name *

Institution

E-Mail *

Tel *

Strasse *

PLZ *

Ort *

Nachricht *

Betrifft:
Energietankstelle Beziehungen - bewusst gestalten & pflegen

senden

Source URL:https://www.weiterbildung.ch/energietankstelle-beziehungen-bewusst-gestalten-pflegen#comment-0