Mag.ª Fidlschuster Eva
Pädagogin, Trainerin & Coach, Personalentwicklerin

Kontaktdaten: Tel: 0699/11 22 9663
E-Mail: eva.fidlschuster@chello.at

Die Kunst der Entschleunigung

Kurzbeschreibung und konkrete Inhalte des Angebots

Heutzutage klagen viele Menschen über Stress. Fast jeder kennt das Gefühl überlastet zu sein, unter Zeitdruck zu stehen und von Hektik, Leistungsdruck und Anspannung überfordert zu sein. Gerade in personenbezogenen Dienstleistungsberufen brauchen wir jedoch besonders viel Kraft und Energie um unsere KundInnen (Kinder & Eltern) mit Engagement und Empathie begleiten zu können. Deshalb stellen wir in diesem Seminar die eigene Gesundheit in den Mittelpunkt, wollen dem individuellen Stress auf die Schliche kommen und entwickeln Strategien, um langfristig trotz hoher Anforderungen im Alltag gesund und tatkräftig zu bleiben. Energie folgt der Aufmerksamkeit, deshalb ist es wichtig jeden Tag etwas für die eigene positive Energiebilanz zu tun. Das Augenmerk in diesem Seminar liegt auf der eigenen Gesundheit, um etwaigen Stresserkrankungen keine Chance zu geben.

Welche Ziele sollen durch das Angebot erreicht werden?

- Bewusstseinsbildung für Gesundheitsförderung
- Eigene Ressourcen erkennen und einsetzen
- Individuelle Handlungsoptionen erweitern
- Kennenlernen unterschiedlicher Techniken zur körperlichen und mentalen Entspannung
- Lebensfreude und Spaß als Grundhaltung implementieren

Für welche Zielgruppe ist das Angebot?

Für Kindergartenteams

Welchen Leistungsumfang umfasst das Angebot?

2 x 4 Stunden

Welches Equipment wird benötigt?

Raum mit Sesselkreis, Flipchart, Pinnwand, Beamer

Kommunikation im Team –

So einfach und doch so schwer!

Kurzbeschreibung und konkrete Inhalte des Angebots

Kommunikation ist die wichtigste Aufgabe unter Teammitgliedern. Der Kommunikationsstil in einer pädagogischen Einrichtung kann zum größten Stressfaktor werden oder zum wunderbaren Element, das die persönliche Entwicklung aller Beteiligten fördert. Aus diesem Grund ist es wichtig das eigene Kommunikationsverhalten zu reflektieren, verschiedene Tools zu kennen und Gesprächstechniken zu beherrschen, die Kraft und Energie spenden, um die gemeinsamen Ziele bestmöglichst zu erreichen.

Welche Ziele sollen durch das Angebot erreicht werden?

- Die Teilnehmerinnen kennen die wichtigsten Grundwerkzeuge für eine erfolgreiche Kommunikation im Team und sind in der Lage diese energiespendend einzusetzen

Für welche Zielgruppe ist das Angebot?

Für Kindergartenteams

Welchen Leistungsumfang umfasst das Angebot?

2 x 4 Stunden

Welches Equipment wird benötigt?

Raum mit Sesselkreis, Flipchart, Pinnwand, Beamer

Neuroleadership –

Wie Sie Arbeitsmotivation und Leistungsbereitschaft hoch halten

Kurzbeschreibung und konkrete Inhalte des Angebots

Ob als Leiterin oder Teammitglied – die neuersten Erkenntnisse der Hirnforschung liefern Erkenntnisse um den Arbeitsalltag mit MitarbeiterInnen und KollegInnen bestmöglichst zu gestalten. Die moderne Hirnforschung zeigt, wie Menschen ihre Potentiale optimal entfalten können und über sich selbst hinauswachsen. Wer diese Erkenntnisse berücksichtigt, erfüllt die neurobiologischen Grundbedürfnisse seiner Mitmenschen und erreicht damit, dass sie sich wohl fühlen. Und nur wer sich wohlfühlt und auf richtige Weise gefordert wird, ist dauerhaft produktiv und motiviert.

Welche Ziele sollen durch das Angebot erreicht werden?

- Arbeitsweise und Denkweise des Gehirns besser verstehen
- Kultur der Potentialentfaltung entwickeln
- Kenntnisse über Rahmenbedingungen für Motivation erlangen
- Kreativität fördern und Arbeitszufriedenheit steigern
- Leistungsbereitschaft hoch halten
- Spaß an der Arbeit gewährleisten

Für welche Zielgruppe ist das Angebot?

Für Kindergartenteams

Welchen Leistungsumfang umfasst das Angebot?

2 x 4 Stunden

Welches Equipment wird benötigt?

Raum mit Sesselkreis, Flipchart, Pinnwand, Beamer