

127/2022: Warum weniger manchmal mehr ist - Mit Elan den Alltag gestalten



Zielgruppe

Mitarbeitende in sozialen Einrichtungen und Interessierte

ReferentInnen

Ute Herbst Beratung und Personalentwicklung

Termine

09.06.2022

Leitung / Organisation

Stefanie Wildenhain / Karin Friedrich

Kursgebühren

150 €

Uhrzeit

09.00 - 16.15 Uhr

Anmeldung

Nutzen Sie unser Angebot unter www.diakademie.de

Kursgebühren für Mitglieder

120 €

Ort

Diakonische Akademie für Fort- und Weiterbildung e.V.
Bahnhofstr. 9
01468 Moritzburg

Informationen

Tel.: 035207 - 843 50

Bemerkungen zu den Kosten

Beschreibung

Das moderne Leben ist schon paradox. Auf der einen Seite ist es heute aufgrund von Technik viel leichter geworden und Zeit wird eingespart. Trotzdem empfinden die Menschen, dass es wesentlich schneller geworden ist.

Sicherlich gibt es die unterschiedlichsten Gründe dafür, denn es gibt eine Menge Möglichkeiten, den Tag mit Aktivitäten zu füllen. Unser Selbstantreiber „Streng dich an“, sowie eigene und fremde Maximierungsansprüche können uns gut unter Druck setzen.

Gefühlsmäßig wünschen sich viele, dass es auch anders gehen müsste. Schließlich ist Wohlbefinden und Balance zwischen Anstrengung und Entspannung, eine wichtige Voraussetzung, die Arbeit engagiert meistern zu können.

Das Seminar bietet Ihnen eine Plattform, um darüber ins Gespräch zu kommen.

Schwerpunkte

- Anforderungen in unserer schnelllebigen Arbeitswelt
- Aspekte zur Zeit
- immer besser, schneller oder Anstrengungsfallen
- Entdeckung des Wohlbefindens
- Möglichkeiten für mehr Balance im Berufs- und Privatleben

Zugangsvoraussetzungen

Bemerkungen