



Ihr Team gibt alles für Ihre Kund:innen

**Geben Sie ihm die
Möglichkeit, etwas für
ihre Gesundheit zu tun.**

Der Taktschlag in Ihrer Praxis ist hoch und der Tagesablauf soll möglichst reibungslos laufen. Doch immer öfter klagen Mitarbeiter:innen über Stress und Überforderung. Krankheitsbedingte Ausfälle, Spannungen im Team und Leistungsabfall sind die Folge.



Was können Sie tun?

- ◆ **Die Krisenkompetenz Ihrer Mitarbeiter:innen stärken**

In einem einstündigen Vortrag ermutige ich Ihr Team, wie geistige und emotionale Stabilität erreicht werden kann.

- ◆ **Stresstoleranz erhöhen und Selbstfürsorge verbessern**

Mindfulness und Self care schützen vor Überforderung und Leistungsabfall. In einem Teamcoaching erfahren Ihre Mitarbeiter:innen, welche Methoden zu mehr Ruhe und Gelassenheit führen.

- ◆ **Zeit- und Projektmanagement verbessern**

Den beste Schutz vor Überforderung bieten Planung und die Fähigkeit sich abzugrenzen. In diesem Meeting erarbeite ich mit Ihren Projektverantwortlichen die passenden Strategien.

- ◆ **Die Kommunikation im Team verbessern, Reibungsverluste mindern**

Im Einzel- oder Gruppencoaching erörtere ich mit Ihren Führungskräften, wie Teams bestmöglich durch die Krise gesteuert werden.

Ein gelassener Umgang mit Stress oder in Konfliktsituationen ist erlernbar. Die dafür notwendigen Schlüsselkompetenzen vermittele ich seit vielen Jahren an Einzelpersonen und Teams.

Ihr Interesse ist geweckt?

Gern führe ich mit Ihnen ein kostenfreies Erstgespräch.

Sibylle Kaminski

Relax your work®

Theodor-Heuss-Ring 26 | 50668 Köln

contact@sibyllekaminski.de

www.relaxyourwork.de

Tel. 0173-745 77 67

Relax your work®