

Einzigartiger Impulsvortrag durch die Mischung aus Praxis und Theorie:

Angst und Stress, wie wir damit umgehen können und warum Veränderung möglich ist.



Manuel Rieger, MBA, BA



Thomas Schadler Bsc. MA

Was passiert unter Stress und Angst mit uns? Warum werden wir unter Stress so handlungsunfähig?

Macht es einen Unterschied was uns unter Stress versetzt?

Thomas Schadler und Manuel Rieger bieten einen einzigartigen Vortrag zu diesem Thema.

Als ehemaliger Beamter der Polizei Spezialeinheit Cobra mit Auslandserfahrung und als Jemen Veteran, haben beide Vortragenden unzählige Stress- und grenzwertige Situationen miterlebt und möchten diese diese Erfahrungen gerne an sie weitergeben.

Humor und flotte Sprüche dürfen dabei natürlich nicht fehlen.

Häufig wird über Stress und Angst gesprochen. Auch in Unternehmen spielen Stress, Angst und Konflikte eine immer größere Rolle.

Hierbei geht es nicht nur um Kosten die entstehen, sondern auch um Teamfähigkeit und Stimmung innerhalb des Unternehmens.

In diesem Seminar werden die Inhalte durch eine spezielle Mischung aus Theorie und Praxis vermittelt.

Das Zusammenspiel der beiden Vortragenden ist hierbei nicht nur abwechslungsreich sondern bietet auch didaktisch viele Vorteile.

Lernen Sie durch spannende Geschichten und fundierte theoretische Kenntnisse wie man konstruktiv mit Stress umgehen kann und warum wir Menschen uns verändern können.



“Nicht das Problem macht die Schwierigkeit, sondern unsere Sichtweise” Viktor Frankl

Voraussetzungen:

Interesse an den Themen Stress, Angst und Konflikten. Lust auf einen unterhaltsamen und spannenden Abend.

Inhalte:

- Praktischer Umgang mit Stress und Angst
- Praktische Beispiele aus Extremsituationen
- Erfahrungen aus Extremsituationen (Geiselnahmen, Anschlägen, usw.)
- Theoretischer Input zu den Themen Angst, Stress und Konflikt
- Vermittlung der Inhalte auf praktischer und theoretischer Ebene
- Warum wir uns trotz Angst und Stress gegen unsere Gefühle und Bedürfnisse entscheiden können (praktische Beispiele und theoretische Erklärung)
- Sinnzentrierter Umgang mit Angst und Stress
- Neue Einstellung zu unseren Impulsen und Emotionen
- Hohe Interaktion mit dem Publikum
- Fragen und Antworten aus dem Auditorium

Dauer:

Ca. 2,5 - 3 Stunden

Benefit:

Besserer Umgang mit Angst, Stress und Konflikten.

Kostenvorteile durch neue Blickwinkel für Mitarbeiter, Führungs- und Leitungskräfte.

Ein unterhaltsamer und lehrreicher Tag.

Neue Sichtweisen und die Möglichkeit zur Veränderung eigener Verhaltensweisen.

Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an alle Personen, die ihr Wissen in den Bereichen Angst, Stress und Konflikten erweitern wollen.

Sowohl für Unternehmen als auch für Privatpersonen geeignet.

Kursangebote:

Der Vortrag findet direkt bei Ihnen im Unternehmen statt! Hierfür benötigen wir von Ihrer Seite nur die Anzahl der TeilnehmerInnen und einen geeigneten Schulungsraum.

Alternativ können wir Ihnen unseren Schulungsraum in Wien oder in der Nähe von Graz anbieten.

Ihre Investition:

1.800,- Euro netto

Kontaktieren Sie uns gleich:



G4S Dienstleistungs GmbH
Dresdner Straße 91/1
A-1200 Wien
Tel.: +43 664 217 24 22
Fax.: +43 1 313 15 - 1915

E-mail:
academy@at.g4s.com
www.g4s.at