

Jeder anders, trotzdem zusammen – Veränderungen gemeinsam meistern

**Verschiedene
Stressbewältigungs-
strategien
verstehen**

**Gesundheitskompetenz
im Team stärken**

**Vielseitigkeit leben
und Bindungskompe-
tenzen entwickeln**



Besondere Situationen erfordern besondere Maßnahmen. In herausfordernden Zeiten steht Ihnen die IKK Südwest mit speziellen Angeboten zur Seite. Damit auch Sie als Arbeitgeber den Anforderungen Ihrer Mitarbeiter gerecht werden und ihnen die bestmögliche Unterstützung in der aktuellen Situation geben können, bieten wir Ihnen verschiedene Maßnahmen zu unterschiedlichen Schwerpunkten.

Die Teilnehmer lernen unterschiedliche Bewältigungsstrategien besser zu verstehen, ihre Auswirkungen – insbesondere auf das Berufsleben und die Zusammenarbeit im Team – zu beobachten und positiv zu beeinflussen. Ein Selbstcheck liefert den Teilnehmern Informationen zu ihrem persönlichen Bewältigungsstil. Folgende Inhalte stehen hierbei im Fokus:

- Aufeinandertreffende Stressbewältigungsstrategien im Team verstehen und positiv in Einklang bringen
- Fördern des Verständnisses für Vielfältigkeit im Umgang mit Problemen
- Stärken der Kommunikation bei unterschiedlichen Strategien
- Ergänzend für Führungskräfte: Mechanismen im Team verstehen und frühzeitig positiv beeinflussen

Umsetzung:

Um Ihnen als Arbeitgeber maßgeschneiderte Lösungen bieten zu können, setzen wir auf bedarfsgerechte Angebote. Sie können daher frei entscheiden, ob Sie dieses Thema als Vortrag oder Seminar umsetzen möchten – wahlweise digital oder vor Ort. Alle Formate gehen mit einem individuellen Selbst-Check einher, um den Teilnehmern einen persönlichen Bezug zu ermöglichen.

Zielgruppe:

Das Angebot kann wahlweise getrennt oder gemeinsam für Ihre Mitarbeitenden und Führungskräfte umgesetzt werden.

Gemeinsam heißt es nicht nur gesund durch die aktuelle Zeit zu kommen, sondern sich und seine Gesundheit auch für die Zukunft stark zu machen und mögliche Erkrankungen frühzeitig abzuwenden.



Zentrale Postadresse:
IKK Südwest
66098 Saarbrücken

Tel.: 06 81 9 36 96 0
E-Mail: info@ikk-suedwest.de
Internet: www.ikk-suedwest.de

*Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde die männliche Form gewählt.