



Krisen kraftvoll kontern – ImpulsVortrag

Krisenzeiten lassen sich nicht vermeiden, doch ob und wie jemand eine Krise bewältigt, hängt sehr von seinen inneren Stärken ab. Sieben Säulen gehören zur „Resilienz“ (lat. resilire: zurückspringen), die krisenfeste und

widerstandsfähige Persönlichkeiten wie Viktor Frankl oder Nelson Mandela auszeichnet. Man kann sie erlernen. Und damit berufliche und private Herausforderungen in stärkende Erfahrungen verwandeln.

Zielsetzungen – Auswirkungen

- Abschied vom blinden Optimismus
- Strategien zur Bewältigung von beruflichen und privaten Herausforderungen
- Methoden zur Bewältigung von Krisen

Schwerpunkte

- Die 7 Säulen der Resilienz
- Das WIDEG-Prinzip
- Die Dynamik der Evolution

Administration – Rahmenbedingungen

- Dauer: 60–90 Minuten
- Teilnehmerzahl: unbegrenzte Teilnehmerzahl
- Raum: ausreichend großer Vortragsraum
- Ressourcen: Beamer und Projektionsfläche, Mikrofon

Durchführung: UNIQA Experte Dr. Bardia Monshi

