



# Workshop Fortsetzungsmodul

## Gesund SEIN im beruflichen Alltag ...und im privatem Leben

**...Entwicklung verläuft in Phasen. Der Mensch braucht bestimmte Bedingungen, um den Entwicklungsprozess von Gesundheit und Persönlichkeit fördern zu können.  
In diesem Rahmen können sich somit die Erfahrungen des ersten Workshop-Moduls erweitern und vertiefen, damit sich das Vertrauen in den Gesundheitsprozess der Teilnehmenden weiter stärken kann.**

### **Inhalt:**

Aufbauend auf den ersten Workshop schafft dieses Fortsetzungsmodul für die Teilnehmenden die Möglichkeit, bereits Erlerntes zu überprüfen und in ein tieferes Erleben und Verständnis mit sich selbst zu kommen. Die Gruppendynamik hilft ihnen, sich für die eigenen Anforderungen und die der KollegInnen weiter zu öffnen, um verständnisvoller und sanfter mit sich und damit auch verständiger mit Anderen umgehen zu können.

### **Ziele:**

Durch diese Erfahrung kann die Selbstkompetenz und Resilienz gestärkt werden und die Basis dafür schaffen, dass die Mitarbeitenden ihr inneres und äußeres Gleichgewicht wieder erlangen können. Zugleich kann dies eine lösungsorientierte und respektvolle Kommunikation untereinander fördern, das Selbst- Bewußtsein und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten stärken, um dadurch motiviert und ausgeglichen die Anforderungen des Arbeitsalltags zu gestalten.

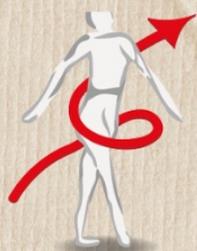
**Anzahl:** max. 12 Teilnehmende

**Dauer:** 1,5 Tage

**Mein Angebot wird individuell nach Ihrem Bedarf gestaltet.  
Ich freue mich, Ihr Unternehmen auf dem Weg zu mehr gesundheitlicher Stabilität und Resilienz zu unterstützen und zu stärken.**

**Bitte erfragen Sie bei mir nähere Informationen.**

**Kontakt:** Website: [www.praxis-merl.de](http://www.praxis-merl.de),  
Telefon: 04106/9757287



Praxis für  
Schmerztherapie  
und  
Gesundheitsförderung

**Kathrin Merl**

Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Staatlich anerkannte Physiotherapeutin

