



## **GJG COMMUNICATION**

### **Umgang mit Überforderung • Burn out • Mobbing**

Immer wieder stelle ich eine Frage, auf die ich noch keine akzeptable Antwort bekommen habe:

Wie lange wird diese Wegwerfgesellschaft wohl noch so weitermachen und ihre bestens ausgebildeten „ausgebrannten MitarbeiterInnen“ einfach entsorgen? Und/oder aber sie durch Mobbing aus dem Unternehmen zu drängen? – Ich kann mir – als gelernte Kauffrau – einfach nicht vorstellen, dass die Verantwortlichen in diesen Unternehmen nicht rechnen können.

*Karin Schönwetter*

#### **Warum Sie teilnehmen sollten:**

In diesem Workshop werden Sie in einem Fachvortrag zu den einzelnen Themen umfassend informiert. Auch Ihre eigenen Themen werden im Plenum diskutiert und bleiben vertraulich. Durch das Eingehen auf Ihre ganz persönliche Situation ergibt sich ein abwechslungsreiches Lernen mit und von dem Lernteam. Praxisbeispiele, Einzel- und Gruppenarbeiten und Rollenspiele runden den Workshop ab.

Coaching und Begleitung während des gesamten Workshops durch den/die TrainerInnen zu Ihrer persönlichen Unterstützung.

Sie lernen Sie Techniken und Hilfsmittel kennen, um Ihre persönliche Situation schrittweise zu verbessern.

#### **Wer teilnehmen sollte:**

Das Seminar richtet sich an Führungskräfte, AssistentInnen, Leiter von Projektteams und Arbeitsgruppen, an Personen aus den Bereichen Personal-Management, Personalentwicklung, Human Resources, Administration, Verkauf, Kundenservice, Dienstleistungen, die sowohl an Ihrem Arbeitsplatz, als auch im privaten Bereich bereits mit den Themen „Erschöpfung, Ausgebrannt-Sein, Überforderung und Mobbing“ in Berührung waren (oder sind) und die durch diesen Workshop ihren Umgang mit diesen Themen verbessern wollen.

Sie sollten Bereitschaft zur Offenheit mitbringen und ihre sozialen Kompetenzen erweitern wollen.

#### **TeilnehmerInnen:**

Mindestens 6 Personen / maximal 12 Personen. Bei größeren Gruppen stehen Ihnen zwei erfahrene, gut aufeinander abgestimmte TrainerInnen zur Verfügung

#### **Dauer:**

2 Tage, 09.00 Uhr bis 12.00 Uhr und 12.45 bis 16.45 Uhr