

Workshops, Coachings & Beratung für Unternehmen

Die Herausforderung

Gestresste Mitarbeitende, steigende Fehlzeiten und eine angespannte Arbeitsatmosphäre? In einer Zeit des Fachkräftemangels können Sie es sich nicht leisten, wertvolle Mitarbeiter durch Überlastung oder Demotivation zu verlieren.

Unsere Lösung!

Prävention statt Problemlösung. Mit maßgeschneiderten Workshops, Coachings und gezielter Kulturentwicklung stärken wir die mentale Gesundheit Ihrer Mitarbeiter und schaffen gemeinsam ein Arbeitsumfeld, in dem Menschen gerne arbeiten und leistungsfähig bleiben.

Leistungen:



Inhouse-Workshops & Seminare

Inhalte z.B.: Stressmanagement und Burnout-Prävention für Mitarbeiter – Warnsignale erkennen, Stressmuster identifizieren und gemeinsam Strategien entwickeln, Resilienz stärken, gesunde Führung, Konflikt- und Kommunikationsmanagement



Einzelcoachings

für besonders belastete Mitarbeiter



Entwicklung einer gesunden Unternehmenskultur

Inhalte z.B.:

1. Führungskräfte und Geschäftsführung als Vorbilder für gesunde, wertschätzende Führung
2. Vertrauen, offene Kommunikation und psychologische Sicherheit im Team stärken
3. Fehlerkultur etablieren – Lernen statt Schuldzuweisung
4. Mitarbeitende aktiv in Entscheidungen einbinden und Gestaltungsspielräume schaffen



Ihr Nutzen auf einen Blick

- ✓ Weniger Fehlzeiten durch präventive Gesundheitsförderung
- ✓ Höhere Mitarbeiterzufriedenheit und besseres Betriebsklima
- ✓ Attraktiverer Arbeitgeber – zeigen Sie, dass Ihnen Menschen wichtig sind
- ✓ Produktivere Teams durch weniger Stress und mehr Klarheit

So arbeiten wir

1. **Bedarfsanalyse** – Wo drückt der Schuh in Ihrem Unternehmen?
2. **Maßgeschneidertes Konzept** – Passend zu Ihrer Unternehmenskultur
3. **Professionelle Durchführung** – Vor Ort oder in inspirierender Umgebung
4. **Nachhaltige Begleitung** – Damit das Gelernte auch ankommt

Kontakt für ein unverbindliches Erstgespräch

Heike Hahnenkamp

Zertifizierte Resilienz- und
Burnout-Präventionsexpertin

Telefon

+49 155 650 540 83

E-Mail

info@mindhike-coaching.de

Website

www.mindhike-coaching.de