

Vortrag und Workshop:

# Burnout –

Mode-Diagnose oder kranker Wirtschaftsfaktor?

Wie Unternehmen ihre Mitarbeiter nachhaltig und Effizienz steigernd davor schützen können.



## Inhalt Vortrag:

- Wahrnehmung des Themas „Burnout“ in den Medien
- Stigma Burnout: Was bedeutet Burnout in der heutigen Zeit
- Typische Symptome
- Ein Verlauf in 7 Phasen - ein schleichender Prozess
- Ursachen und Risikofaktoren; Stress & Ressourcen gemäss Job-Stress Index 2016 von der GFCH
- Bedeutung von Stress; Stressoren und deren wirtschaftlichen Auswirkungen
- Prävention für Firmen: Friendly Workspace, S-Tool und We act – kostengünstige Tools für Teams zur Mitarbeitermotivation und Produktivitätssteigerung
- Profilingvalues als fundierte Situationsanalyse für Teams und Einzelpersonen
- Flow-Coaching für Einzelpersonen

## Workshop:

- Persönliche Ressourcen und Stressoren- Ihre Standortbestimmung
- Anonymer Online-Test mit Auswertung
- Praxistransfer: Was will/kann ich in meiner Firma optimieren;
- Persönliche Ziele zur Mitarbeiterführung: Was kann ich zu einem guten Betriebsklima beitragen- Was wünsche ich mir?
- Chancen, Risiken und Ängste der Veränderung; Was gewinnen wir dabei? – Gruppenarbeit und Präsentation.

**Dauer:** ca. 45 Min. Workshop ca. 75 Min.

**Referent/ Moderation:** Michael Streit; Cert. NLP-Trainer IANLP, Burnout-Experte

**Anz. Teilnehmer:** Vortrag unbegrenzt, Workshop max. 24 Pers.

**Mitbringen:** Schreibmaterial, Handy oder Tablet

**Ort./Datum:** nach Ihren Bedürfnissen

**Honorar:** SFr. 500.-, pauschal

**Anmeldung:** **in flow com gmbh**  
Malorain 5, 6024 Hildisrieden  
Telefon 041 534 29 26  
Fax: 041 461 03 81  
[www.inflowcoaching.ch](http://www.inflowcoaching.ch)  
[info@inflowcoaching.ch](mailto:info@inflowcoaching.ch)