



## Seminarangebot

### Resilienzfähigkeit – die mentale Widerstandskraft und Handlungsfähigkeit stärken

Kennziffer	Termin	Ort	Preis	Meldeschluss
0623H310	28. – 29.06.2023 09.00-16.00 Uhr	Güstrow	310,00 €	31.05.2023

**Zielgruppe:** Führungskräfte

**Leitung:** Frau Reinecke  
Dipl.-Pädagogin, Supervisorin DGSv, Coaching

#### Beschreibung:

Gerade in diesen Zeiten vielfältiger und permanenter Veränderungen, verbunden mit großer Unsicherheit, kommt der Resilienzfähigkeit eine große Bedeutung zu.

- Wie kann ich meine innere Widerstandskraft und Stärke fördern und kreativ und standhaft bleiben?
- Wie kann ich auch in schwierigen Situationen Handlungsalternativen entwickeln und handlungsfähig bleiben?
- Wie kann ich auch die Resilienzfähigkeit meiner Mitarbeitenden und meines ganzen Teams stärken?

#### Ziele:

- Merkmale von Resilienz kennen, erkennen und entwickeln
- die eigene Krisenfestigkeit erhöhen
- mit Herausforderungen positiv und konstruktiv umgehen können

#### Inhalte:

- die 7 Säulen der Resilienz
- Belastungssituationen erkennen und gegensteuern können
- resilienter Umgang mit Krisen und Veränderungssituationen
- Blickwinkel erweitern und Stressresistenz erhöhen
- Handlungsspielräume suchen und aktiv gestalten
- die 10 Schritte der Resilienzentwicklung
- schwierige Führungssituationen resilient steuern

Absender: (Stempel der anmeldenden Verwaltung)

Telefon:

Telefax:

E-Mail:

Kommunales Studieninstitut  
Mecklenburg-Vorpommern  
Brandteichstraße 20  
17489 Greifswald

**per Fax: 03834 550444**

Datum:

## Anmeldung zum Seminar

**0623H310**

**Thema:** Resilienzfähigkeit – die mentale Widerstandskraft und Handlungsfähigkeit stärken

**Termin:** 28. – 29.06.2023

**Ort:** Güstrow

Name, Vorname	Funktion

Nachstehend aufgeführte Personen werden hiermit zur o. g. Fortbildungsveranstaltung angemeldet:

Die Geschäftsbedingungen des Kommunalen Studieninstitutes Mecklenburg-Vorpommern habe ich zur Kenntnis genommen und akzeptiert.

Unterschrift