

[Print Email](#)

Toolbox voor welzijn voor leidinggevenden

Doelgroep

Leidinggevenden

Doelstelling

- Welzijn binnen jouw organisatie: welke impact heb jij als leidinggevende ?
- Leren hoe je het welzijn in een team kan verbeteren
- Welke invloed heeft stress op welzijn ?
- Leren hoe het welzijn van je team verhoogt dankzij stress
- Hoe je medewerkers ondersteunen bij verhoogde werkdruk ?
- Zin en onzin van teambuilding
- Tools ontdekken die welzijn versterken bij jouw team

Omschrijving

Als leidinggevende heb je een dubbele verantwoordelijkheid. Enerzijds moet je de doelstellingen samen met je team realiseren en anderzijds het welzijn van je teamleden en jezelf veilig stellen. Dit brengt flink wat druk met zich mee en het is dan ook geen overbodige luxe om over de nodige handvaten te beschikken om hiermee om te gaan.

Aan de hand van concrete professionele stressvolle situaties ontdek je niet alleen hoe je stress kan herkennen, maar ook wat je zelf kan doen om jezelf en je team in topvorm te houden.

We openen de toolbox met technieken voor meer welzijn:

- gedachtenmanagement
- communicatieregulatie
- gedragsverandering en leren deze toe te passen in de werkcontext.

Bereid je voor op een interactieve training boordevol oefeningen.

- **Lesgever:** Tryangle - Madeleine Alvarez
- **Duurtijd:** 2 dagen
- **Prijs:** € 70
- **Data:**

Schrijf je in op wachtlijst en wij brengen je spoedig op de hoogte van de nieuwe data.

- **Locatie:** _ Technologiepark 122 | 9052 Zwijnaarde
- **Code:** W-PSV31

[Inschrijvingsformulier](#)

[Inschrijvingsformulier werkzoekende](#)