

Online-Vortrag

Tun, was wir können: Umgang mit Angst und Ungewissheit

Die nächste Krise! Noch mitten in der Pandemie sind wir plötzlich mit einem Krieg in Europa konfrontiert. Dieses Live-Webinar bringt arbeitspsychologische Inputs und Möglichkeit zum Austausch, um gut mit dieser Situation umzugehen.

Nutzen

Sie erhalten Anregungen aus psychologischer Sicht und die Möglichkeit zum Austausch zu den Themen

- Sorgen und Ängste gut einordnen
- Eigene Handlungsmöglichkeiten: Was hilft in der aktuellen Situation?
- Energie und Hoffnung zurückgewinnen

Inhalt

- Erleben globaler Krisen aus psychologischer Sicht
- Umgang mit Ungewissheit
- Was tun, wen Angst kommt
- Positive Energie halten
- Tun, was wir können: Handlungsmöglichkeiten statt Hilflosigkeit
- Diskussion & Möglichkeit für individuelle Fragen

Organisation

- Online Vortrag für alle MitarbeiterInnen
- Dauer: 1 Stunde (ca. 40 Minuten Vortrag, 20 Minuten Diskussion)
- Online via MS Teams

Kontakt

- arbeitspsychologie@health-consult.at
- + 43-1-795 80-8080