



## **Change und Resilienz**

Wie Sie sich selbst und Ihr Team resilient durch turbulente Zeiten führen

**Zielgruppe:** Führungskräfte

**Dauer:** 1 Tag (9-17 Uhr); **Wo:** Hamburg

### **Inhalte:**

- **Die Phasen eines Change-Prozesses:** Verstehen Sie die verschiedenen Phasen eines Veränderungsprozesses und wie Sie diese erfolgreich steuern können.
- **Grundlagen der Resilienz:** Erlernen Sie die wesentlichen Prinzipien und Techniken, um Ihre eigene Resilienz und die Ihres Teams zu stärken.
- **Anwendung in der Praxis:** Praktische Übungen, um das Erlernte in realen Veränderungssituationen anzuwenden.

### **Mehrwert:**

- **Change-Prozesse erfolgreich managen:** Steigern Sie Ihre Fähigkeit, Veränderungsprozesse effektiv zu gestalten und zu leiten.
- **Die eigene Resilienz stärken:** Erhöhen Sie Ihre Widerstandsfähigkeit gegenüber Stress und Herausforderungen.
- **Souveränität und Sicherheit gewinnen:** Entwickeln Sie mehr Sicherheit und Gelassenheit im Umgang mit turbulenten Zeiten.

### **Ihre Investition:**

- 269 Euro / Person (netto)

Hier geht's zu den verfügbaren Terminen:

<https://www.ben-bader-academy.de/termine/>