



Quality Think



Information für Arbeitgeber: Investieren Sie in die Resilienz Ihrer Mitarbeiter mit unserem Online-Bildungsurlaub "Immun gegen das Schicksal – ein Resilienzkurs“

Sehr geehrte Arbeitgeber,

Resilienz, die Fähigkeit, Herausforderungen zu bewältigen und sich von Rückschlägen zu erholen, ist ein entscheidender Faktor für die Gesundheit und das Wohlbefinden Ihrer Mitarbeiter. Daher freuen wir uns, Ihnen unseren speziellen Online-Bildungsurlaub "Stärkung der Resilienz für Beruf und Alltag" vorstellen zu dürfen.

In diesem intensiven 5-tägigen Kurs (5 mal 8 Unterrichtsstunden je 45 Minuten) vermitteln unsere Experten praxiserprobte Strategien und Techniken zur Stärkung der Resilienz Ihrer Mitarbeiter. Von der Entwicklung von Selbstbewusstsein über die Förderung von positivem Denken bis hin zur Bewältigung von Stress und Krisen - unser Kurs bietet einen umfassenden Ansatz zur Förderung der mentalen Gesundheit und Prävention von Burnout.

Der gesamte Bildungsurlaub findet online statt, was es Ihren Mitarbeitern ermöglicht, flexibel von jedem Ort aus teilzunehmen. Diese Flexibilität bedeutet, dass Ihre Mitarbeiter wertvolles Wissen und Fähigkeiten erwerben können, ohne dabei ihre Arbeitsverpflichtungen zu vernachlässigen.

Indem Sie Ihren Mitarbeitern die Möglichkeit geben, an unserem Online-Bildungsurlaub teilzunehmen, investieren Sie nicht nur in ihre persönliche Resilienz, sondern auch in die Stabilität und Effektivität Ihres Unternehmens. Resiliente Mitarbeiter sind besser in der Lage, mit den Anforderungen des modernen Arbeitslebens umzugehen, zeigen eine höhere Leistungsfähigkeit und sind weniger anfällig für Burnout und Arbeitsausfälle.

Unterstützen Sie die Resilienzentwicklung Ihrer Mitarbeiter und fördern Sie die Gesundheit und das Wohlbefinden am Arbeitsplatz, indem Sie sie zur Teilnahme an unserem Online-Bildungsurlaub "Stärkung der Resilienz für Beruf und Alltag" ermutigen. Kontaktieren Sie uns gerne, um weitere Informationen zu erhalten und die Anmeldung für Ihre Mitarbeiter zu erleichtern.

Mit freundlichen Grüßen

Martina Knaack und Sabine Saltenberger



Quality Think



Der Vorteil von Onlinekurse

- Online-Kurse sind für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen oder anderen Barrieren leichter zugänglich.
- Online-Kurse ermöglichen es Personen mit familiären Verpflichtungen, ihre Weiterbildung mit ihren Pflichten als Eltern oder Betreuer zu vereinbaren.
- Jederzeit Zugriff auf die Unterrichtseinheiten, sodass sie später erneut angesehen werden können.
- Selbstgesteuertes Lernen: Man hat mehr Kontrolle darüber, wann und wie man lernt.
- Weniger Ablenkungen: Man kann in einer vertrauten Umgebung lernen, ohne von anderen Kursteilnehmern oder externen Ablenkungen gestört zu werden.
- Selbstmotivation: Man entwickelt Selbstmotivation und Disziplin, da man eigenverantwortlich lernt.
- Anpassbare Lernumgebung: Die Lernumgebung kann nach eigenen Vorlieben gestaltet werden, sei es mit Musik, Pausen oder anderen Hilfsmitteln.
- Weniger Stress: Der Wegfall von Reisezeiten und die Möglichkeit, in einer vertrauten Umgebung zu lernen, reduzieren den Stresslevel im Vergleich zu Präsenzveranstaltungen.
- Anpassbare Lernpausen: Man kann die Lernpausen nach Bedarf und Vorlieben gestalten, was zu einer effektiveren Lernroutine führt.
- Bessere Konzentration: In einer ruhigen Umgebung zu Hause kann man sich besser konzentrieren und tiefer in das Lernmaterial eintauchen.
- Multimodales Lernen: Online-Kurse nutzen verschiedene Lehrmethoden, um unterschiedliche Lerntypen anzusprechen.
- Man spart Zeit für die An- und Abreise zum Schulungsort.