

whats.next

START YOUR CHANGE

Betriebliches Gesundheitscoaching

start your change

Die wichtigste Ressource eines Unternehmens sind seine Mitarbeiter*innen.

Psychische Belastungen und damit auch psychische Erkrankungen nehmen im Berufsalltag mehr und mehr zu.

Mit meinem betrieblichen Gesundheitscoaching biete ich individuelle Lösungsansätze für Unternehmen, um diesen Belastungen entgegen zu wirken und von motivierten, engagierten und leistungsstarken Mitarbeiter*innen zu profitieren.

Was biete ich Ihnen?

Flexibel angepasste Produkte und individuelle Lösungen für Ihren Unternehmenserfolg.

Workshops

Vorträge

Nachhaltige
Begleitung

Zu den folgenden Themen:

Stressmanagement

- Strategien zur Stressvermeidung
- Strategien zur Stressbewältigung
- Anpassung an Ihre individuellen Bedürfnisse

Führung und Kommunikation

- Durchführung von Kommunikationstrainings
- Analyse der Führungstechniken
- Anpassung an Ihre individuellen Bedürfnisse

Ihre Vorteile:

- Partizipation der Mitarbeiter*innen
- Mitarbeiter*innenbindung
- Steigerung des Leistungspotenzials der Mitarbeiter*innen
- langfristige Steigerung des Gewinn

Meine Qualifikation:

In meinem Studium habe ich mich vor allem mit Stressbewältigung, betrieblichem Gesundheitsmanagement, gesunder Führung und Changemanagement beschäftigt. Zusätzlich zu diesem theoretischen Hintergrund bringe ich die praktische Erfahrung des Coachings und der Workshopplanung durch meine derzeitige und früheren Tätigkeiten mit.

Annalena Szigeth

Annalena.Szigeth@whatsnext-gesundheitscoaching.de

+ 49 176 96949352