

Ameli Rödler & Hubert Haizmann

Seeleninspiration

Mentaltraining

Stressbewältigung  Burn-Out Prävention



DAS KONZEPT

Die täglichen Herausforderungen an das Menschsein nehmen ständig zu. Äußere Begebenheiten und innere Prozesse fordern uns heraus. Nicht selten werden Beruf und Privatleben stark beansprucht. Viele Menschen drohen unter den immer größer werdenden Belastungen krank zu werden. Burnout, Depression, Psychosen aber auch körperliche Probleme sind die Folgen.

Das Wissen um das eigene Wohlbefinden führt zur Stabilität im Leben, eine Notwendigkeit für jeden im System lebenden Menschen. Vorbeugend und rechtzeitig Wege der Leichtigkeit zu zeigen um die innere Balance aufrecht zu erhalten, **das ist unser Ziel.**



FIRMENEMPATHIE

Unsere aktuelle wirtschaftliche Situation und die ständig wachsenden Herausforderungen an jeden einzelnen Menschen überlasten die Systeme. Menschen wollen wahrgenommen werden in ihrem Sein, um sich individuell entfalten zu können.

Empathie ist die Fähigkeit seinem Gegenüber respektvoll, aufmerksam und achtsam zu begegnen. Schenken Sie Ihren Mitarbeitern eine Methode, die zum inneren Kern führt.

Das Ich-Empfinden prägt die Arbeitseinstellung eines Menschen und stärkt die Schaffenskraft. Herausforderungen werden leichter bewältigt, Konflikten vorgebeugt und die Motivation spürbar gesteigert. Dies macht sich aktiv im Miteinander des Arbeitsklimas bemerkbar.

Stärken Sie Ihr Unternehmen von innen heraus.

Schenken Sie Ihren Mitarbeitern Empathie und maximieren Sie die Vertrauensbasis.

Hohe Zuverlässigkeit wird das Ergebnis sein.

Beugen Sie einer Überlastung Ihrer Mitarbeiter vor und fördern Sie aktiv deren Gesunderhaltung.

Gerne setzen wir neue Inspirationen & Impulse für Sie und Ihr Team.

WARUM SIE ALS FIRMENINHABER PROFITIEREN

Zeigen Sie Ihren Mitarbeitern, dass sie IHNEN wichtig sind. Fördern Sie das Gesundbleiben. Gehen Sie Wege der Menschlichkeit, die zum Zusammenhalt führen.

Dies ist im Arbeitsklima Ihrer Firma aktiv spürbar und bringt sowohl Ihnen als auch Ihren Mitarbeitern Freude „ins Haus“. Geben Sie Ihrem Team und somit Ihrer Firma Impulse zur Weiterentwicklung. Profitieren Sie und Ihr Unternehmen von der Motivation Ihrer Mitarbeiter. Heißen Sie positive Veränderungen willkommen, damit **Ihr Team** bei Wandlungsprozessen und Herausforderungen flexibel bleibt.

Gerne unterstützen wir Sie und Ihre Mitarbeiter auf diesem Weg.

KONFLIKTMANAGEMENT/EINZELBERATUNG/THERAPIEANALYSE

Bei zwischenmenschlichen Konflikten und Krisen innerhalb der Firma, sowie bei drohender und bereits bestehender Überlastung und Burnout, aber auch in Findungsprozessen (Mangel an Kreativität und Optimismus, Ziellosigkeit) beraten wir Sie gerne auch in Einzelgesprächen, um mit Ihnen gemeinsam Lösungswege zu finden.

SEMINARABLAUF

Das eintägige Seminar wird direkt in Ihrer Firma gehalten, gerne auch in unseren Seminarräumen. Beginn ist je nach Vereinbarung ab 9:00 bis ca. 17:00 Uhr. Vormittags und nachmittags jeweils 15 Minuten Kaffeepause und eine Stunde Mittagspause. Individuell können Sie das Rahmenprogramm nach eigenem Ermessen mit kleinen Snacks abrunden. Gegen Aufpreis ist diese Leistung bei Kleingruppen auch buchbar. Gruppen bis 20 Personen möglich.

WESENTLICHE SEMINARINHALTE

- Stressfaktoren und Stressspirale im Berufs- und Privatleben individuell analysieren und reflektieren
- mental erlernte Muster entlarven
- Ich-Identifikation und Bedürfniswahrnehmung
- Anspannung und Entspannung im Alltag
- Reduzierung von Stress und Druck
- Die Eigenwahrnehmung innerhalb des Arbeitslebens
- negative Gedankenmuster in positive umwandeln
- Kommunikations- und Konfliktfähigkeit
- Methoden und Möglichkeiten
- konkrete Hilfestellung und Unterstützung
- leicht umsetzbare Tipps&Tricks
- Effektives Selbstmanagement
- Gesundbleiben
- Absenzen reduzieren, Salutogenese fördern

Hubert Haizmann

Diplom-Kaufmann · Manager · Coach · Berater



Hubert Haizmann wurde 1951 im schönen Tübingen geboren. Studium in Tübingen und Nürnberg / Erlangen. Als erfolgreicher Manager mit Auslandsaufenthalten bereiste er jahrelang den gesamten Globus um geschäftliche Kontakte zu knüpfen und Geschäftsbeziehungen zu pflegen. Seine Faszination für die Menschen, die Kulturen und sein Verständnis für die Konflikte unserer Weltwirtschaft bewegen ihn bis heute

und prägen sein Wesen. Das derzeitige Psychologie- und Philosophiestudium haben ihn wieder an die Universität Tübingen geführt und bringen ihm tiefe Einsichten um die Erfahrungen des Business empathisch zu analysieren. Dieses Wissen weiterzugeben, Menschen und deren Projekte zu unterstützen und aktiv in ihrer Entwicklung zu fördern ist ihm eine Herzensangelegenheit. Die eigene Lebensfreude und das Bedürfnis nach Veränderung sind sein Antrieb.

Hubert Haizmann hat zwei Kinder und ist stolzer Opa. Gemeinsam mit seiner Frau genießt er die Vorzüge des Lebens auf der Schwäbischen Alb.

Ameli Rödler

Heilpraktikerin · Dozentin · Schriftstellerin

Ameli Rödler wurde 1981 ebenfalls im schönen Tübingen geboren. Als Heilpraktikerin praktiziert Sie in ihrer Praxis mit den Schwerpunkten Alternative Medizin und Osteopathische Therapie. Seit 2013 arbeitete Sie als freie Dozentin an verschiedenen Akademien in den Bereichen Heilpraktikerwesen und Naturheilkunde. Mit der Veröffentlichung Ihres Buches möchte sie den Menschen eine Philosophie fürs Leben schenken. Der Mikrokosmos im Makrokosmos und die multidimensionelle Arbeit mit dem individuellen menschlichen Wesen sind ihre Faszination und ihr Antrieb.

„Meine Philosophie ist das Leben selbst.“

Ameli Rödler ist stolze Mama von vier Töchtern. Gemeinsam mit ihrer Familie liebt sie das Leben auf der Schwäbischen Alb.



**Motiviertes und harmonisiertes Klima
in Ihrem Unternehmen ins Leben rufen,
auffrischen oder weiterentwickeln.**



Kontaktieren Sie uns noch heute und buchen Ihr persönliches Seminar. Beschenken Sie sich und Ihre Mitarbeiter.

kontakt@seeleninspiration.jetzt

Telefon 07433/9559582

www.seeleninspiration.jetzt

SEELENINSPIRATION

c/o Ameli Rödler

Marienstr.32

72336 Balingen