



SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

Aufrecht trotz Gegenwind - Resilienztraining

Produktnummer
2025-41085F

Termin
01.04.2025-02.04.2025
09:00 bis 16:45 Uhr

Gebühren pro Teilnehmer:in
587,00 € (inkl. Seminarunterlagen)

Die VWA geht davon aus, dass der Arbeitgeber die Teilnahmegebühr sowie Reisekosten übernimmt.

Inhalte

- Was ist Resilienz?
- Die sieben Säulen der Resilienz
- Resilienztest
- Die einzelnen Resilienzfaktoren ausbauen
- Wie steigern ich meine Resilienz?

Dozent

Rolf Breunig
Coach, Trainer und Supervisor

Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte sowie Mitarbeiter:innen, die im Berufsalltag konzentrationsstark und leistungsfähig

Ort

Haus der Akadmien
Eisenbahnstr. 56
79098 Freiburg
[Google Maps](#)

Kontakt

Information
Nilgün Bortoli
0761 38673-14
bortoli@vwa-freiburg.de

Konzeption und Beratung

Christian Heinrich
0761 38673-15
heinrich@vwa-freiburg.de

[Anmelde- und
Teilnahmebedingungen](#)

[Impressum](#)

[Datenschutzhinweise](#)