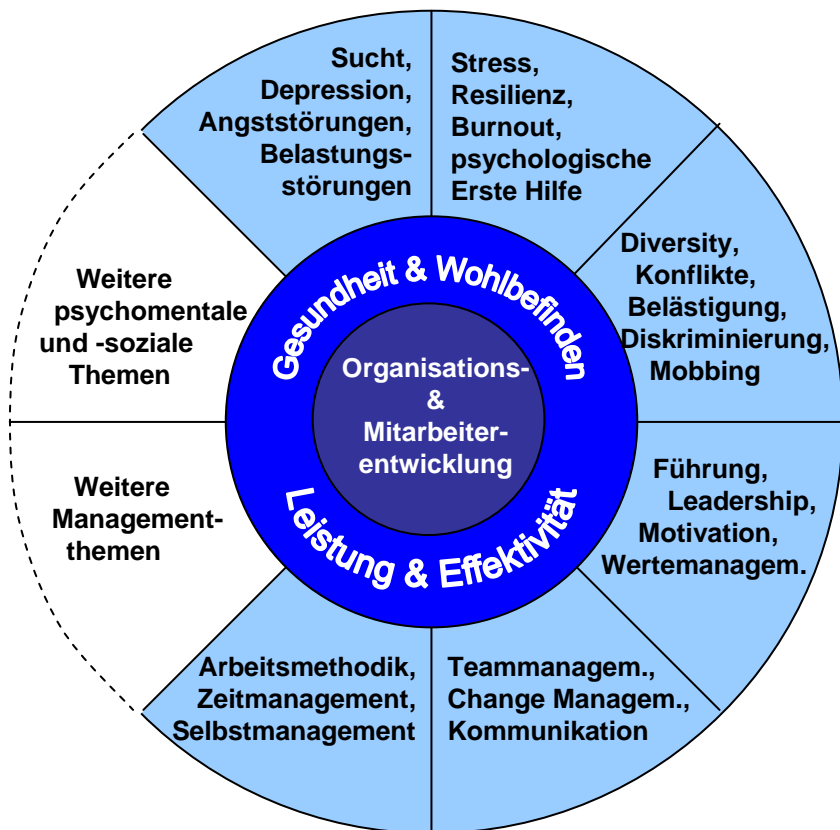


Trainings & Coachings



Sie wünschen ein Inhouse-Training oder Einzelberatungen/Coachings zur Förderung von **Leistung, Effektivität, Gesundheit und Wohlbefinden**, die gezielt auf Ihren individuellen Bedürfnissen abgestimmt sind. Oder Sie wünschen einen Vortrag oder einen Referenten zu einem bestimmten, aktuellen Thema. Dann nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Wir beraten Sie gerne und stellen Ihnen Programme, Ziele und Inhalte zusammen, das Ihren betrieblichen Bedürfnissen entsprechen.

Wie in dem ICAS Trainings- & Coachingsmodell dargestellt, decken wir die meisten Themen zur Förderung der psychischen Gesundheit, wie auch viele Managementthemen ab. Weitere verwandte Themenbereiche oder -vertiefungen können nach Wunsch entwickelt werden.

Unser Know-how und unsere praktische Erfahrung basieren auf die vielen Fällen, die wir täglich beraten und betreuen (über 4'000 pro Jahr). Unsere Trainer, Berater und Coaches sind Spezialisten, die eine fundierte Ausbildung, langjährige Berufserfahrung und eine reife Persönlichkeit besitzen.

Inhouse-Trainings und Coachings stellen eine besonders effektive und wirtschaftliche Form der Mitarbeiter- und Organisationsentwicklung dar – insbesondere in der Kombination. Coachings sind ein optimales Mittel, um die individuelle Umsetzung der im Training erlernten Inhalte in die tägliche Praxis zu gewährleisten.

ICAS ist ein führender Anbieter der Externen Mitarbeiterberatung EAP (Employee Assistance Program) und unterstützt Unternehmen in ihrem Streben, Motivation, Gesundheit und Wohlbefinden der Mitarbeitenden zu fördern – bei gleichzeitiger Verbesserung der Produktivität sowie Reduktion von Kosten. Weltweit unterstützt ICAS über 4 Millionen Mitarbeitende und Familienangehörige in ca. 2.000 Unternehmen. Überall und jederzeit. Kontakt: info@icas-eap.com



ICAS bietet massgeschneiderte Trainings zur Förderung von Gesundheit, Wohlbefinden, Leistung und Effektivität an. Hier einige Beispiele zu den verschiedenen Themen.



Konflikte konstruktiv lösen

Praxisnahes Training zur Verhinderung oder professionellen Reaktion bei Konflikten oder Mobbing im eigenen Arbeitsbereich. Dazu gehört die Fähigkeit, die verschiedenen Konfliktarten zu unterscheiden sowie ihre Verläufe richtig einzuschätzen. Es werden konkrete Führungsstrategien zur Verhinderung von Mobbing und Konflikten anhand von eigenen und fremden Fallbeispielen erlernt.

Stressmanagement

Das Stressstraining für Vorgesetzte vermittelt die wichtigsten Kenntnisse zum Phänomen Stress und seinen Auswirkungen. Mit Hilfe von Risikoanalysen wird die Stressgefährdung innerhalb der eigenen Organisation beurteilt. Die Teilnehmende erfahren auch, wie sich ihr Führungsverhalten auf das Stressniveau auswirkt und wie sie ihre Mitarbeitenden unterstützen können, wenn sie unter Stress leiden. Ausserdem werden verschiedene mentale und körperliche Strategien für den Umgang mit Belastungen vermittelt, die den Teilnehmende befähigt, das eigene Stressniveau nachhaltig zu reduzieren.

Teamtraining

Ziel der Trainings ist die Verbesserung der Zusammenarbeit und der Kommunikation, damit die Effektivität und die Arbeitsresultate gesteigert werden. Die Teilnehmende lernen ihre bevorzugte Teamrolle kennen und erarbeiten die wichtigsten Erfolgskriterien für das Team. Dazu gehören das Verstehen seiner eigenen Stärken, sowie das Erlernen der wichtigsten Regeln für Teamentwicklung und Teamarbeit. Es werden praxiserprobte Instrumente eingesetzt, mit denen die Teammitglieder die Gruppendynamik positiv beeinflussen kann.

Selbstmotivation

Nur motivierte Mitarbeiter sind für das Unternehmen wertvoll. Jedoch: Führungskräfte können ihre Mitarbeiter nicht motivieren – das kann nur der Mitarbeiter selbst. Die Grundbotschaft dieses Trainings ist, das Motivation von innen kommen muss. Es obliegt jedem Einzelnen, die eigene Motivation zu entwickeln. Es ist daher nicht die Aufgabe des Vorgesetzten seine Mitarbeiter zu motivieren, sondern jeder muss diese Aufgabe für sich selbst übernehmen. Im Training wird aufgezeigt, wie die Teilnehmende Ihre innere Motivation finden und entfalten.

Experienced Leadership

Führung ist darauf auszurichten, Führbarkeit zu ermöglichen und Gegebenheiten zu kultivieren, die angestrebten Verhaltensweisen günstig zu beeinflussen. In diesem Training werden dafür erforderliche Kenntnisse und Einsichten in Prinzipien menschlichen Verhaltens vermittelt. Ausserdem gehören folgende Themen zum Lerninhalt: Führen durch Persönlichkeit und soziale Kompetenz, Ziele konsequent anstreben und erreichen, Veränderungen wirksam managen sowie Motivation und Engagement entwickeln. (ICAS ist langjähriger Partner von Management School St. Gallen)

ICAS ist ein führender Anbieter der Externen Mitarbeiterberatung EAP (Employee Assistance Program) und unterstützt Unternehmen in ihrem Streben, Motivation, Gesundheit und Wohlbefinden der Mitarbeitenden zu fördern – bei gleichzeitiger Verbesserung der Produktivität sowie Reduktion von Kosten. Weltweit unterstützt ICAS über 4 Millionen Mitarbeitende und Familienangehörige in ca. 2.000 Unternehmen. Überall und jederzeit. Kontakt: info@icas-eap.com

