

NEW WORK BALANCE PROGRAMM



12 MONATE ONLINE PROGRAMM
FÜR ZUKUNFTSFÄHIGES ARBEITEN
digital und flexibel, Startmöglichkeit jederzeit

Das New Work Balance Programm ist ein 12-monatiges Online-Entwicklungsprogramm. Caroline Hess begleitet die Teilnehmer*innen mit konkretem Wissen aus verschiedenen Coachingmethoden, New Work Ansätzen, Kommunikationsgestaltung und Stressbewältigung . Durch die Kombination aus digitalem Input und persönlichem Austausch in Live Online Workshops / Coachings werden die Teilnehmer*innen bei der Umsetzung von Veränderungsprozessen im Berufsalltag sowie ihrer persönlichen Weiterentwicklung unterstützt.

FÜR WEN IST DAS PROGRAMM?

- für Experten und Projektleiter*innen mit mind. zwei Jahren Berufserfahrung
- für (angehende) Führungskräfte
- für HR Experten & alle, die in ihre Zukunftskompetenzen investieren möchten

WARUM NEW WORK BALANCE? NACH VUCA KOMMT BANI



- Fachkräftemangel & **Great Resignation** ist auch in Deutschland angekommen. Die Mitarbeiterbindung und Mitarbeiterentwicklung ist wichtiger denn je in einem komplexen und unsicheren Umfeld. Fachkräftemangel ist vor allem im Recruiting eine wachsende Herausforderung.
- Die Kosten durch Krankheitstage aufgrund von stressbedingten Krankheiten steigen enorm an. Die Tendenz der Ausfälle aufgrund von mentaler Krankheiten ist steigend.
- **Metakompetenzen** sind die wichtigsten Bausteine, um der Zukunft der Arbeit gestärkt zu begegnen und um mit Veränderungen umgehen zu können.
- **Starke Unternehmen** brauchen starke Menschen, um die digitale und kulturelle Transformation unserer Zeit zu schultern.

ERGEBNISSE DES PROGRAMMS STARKE MITARBEITER DURCH PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

- **Gestärkter Umgang** mit Verantwortung und Eigeninitiative
- **Proaktive**, lösungsorientierte Kommunikation
- **Resilienz** in fordernden Zeiten
- **Konfliktmanagement**
- **Gestärkte Außenwirkung** und Sichtbarkeit
- **Organisation** und Strukturierung
- **Wissenstransfer** der Fähigkeiten und Haltung ins Team

EINZIGARTIGER ANSATZ FÜR DEN ANSPRUCHSVOLLEN ALLTAG GEMACHT



Flexibilität: digital und im eigenen Tempo, weltweit von überall teilnehmen. Der Kurs ist so gestaltet, dass dieser auch mit einem anspruchsvollen Alltag vereinbar ist

Praxisnähe: Anwendung der Impulse und Übungen im Alltag

Support: Enge & individuelle Begleitung, zusätzlich auch individuelles Coaching buchbar

Ablauf und Inhalte



00 Base

Deine Grundlagen

- Wo stehe ich?
- Rahmen schaffen
- Grundlagen Meditation & Achtsamkeit
- Ziele

01 Lead yourself

Selbsterkenntnis

- Bedürfnisse & Muster erkennen
- Gewohnheiten & Routinen
- Innere Stärke & Selbstvertrauen

02 Lead your impact

Selbstwirksamkeit

- Dein Wertesystem
- Kenne deine Stärken & lebe sie
- Innere Klarheit
- Denkmuster & Wahrnehmung

03 Lead your future

Selbstführung

- Wertschätzende Kommunikation & Feedback
- Co-Creation & New Work
- Dein Erfolg

TEILNAHME

DATEN UND FAKTEN

- insgesamt 12 Monate Zugriff auf die Kursplattform mit allen Inhalten
- Die LEAD-Methode wird anhand von drei Modulen Schritt für Schritt aufgebaut und ist auf der Kursplattform on demand verfügbar, jeder durchläuft das Programm im eigenen Tempo
- begleitende digitale Workbooks
- Ressourcenpakete als Übersicht aller Links und Literatur
- Enge, persönliche Begleitung
- Bonus: Persönlicher Austausch in Live Online Sessions mit vertiefendem Input zu ergänzenden Themen, Aufzeichnung danach erhältlich

→ **1.495 € (inkl. MwSt) pro Teilnehmer*in**

Für größere Gruppen (ab 5 Teilnehmer*innen) erstelle ich Ihnen gerne ein individuelles Unternehmensangebot. **Anmeldung unter** mail@carolinehess.de