

Resilienz

Lernen von der Kraft der Stehauf-Menschen

7. ECHA-Tag | MÜNSTER, 05. November 2016

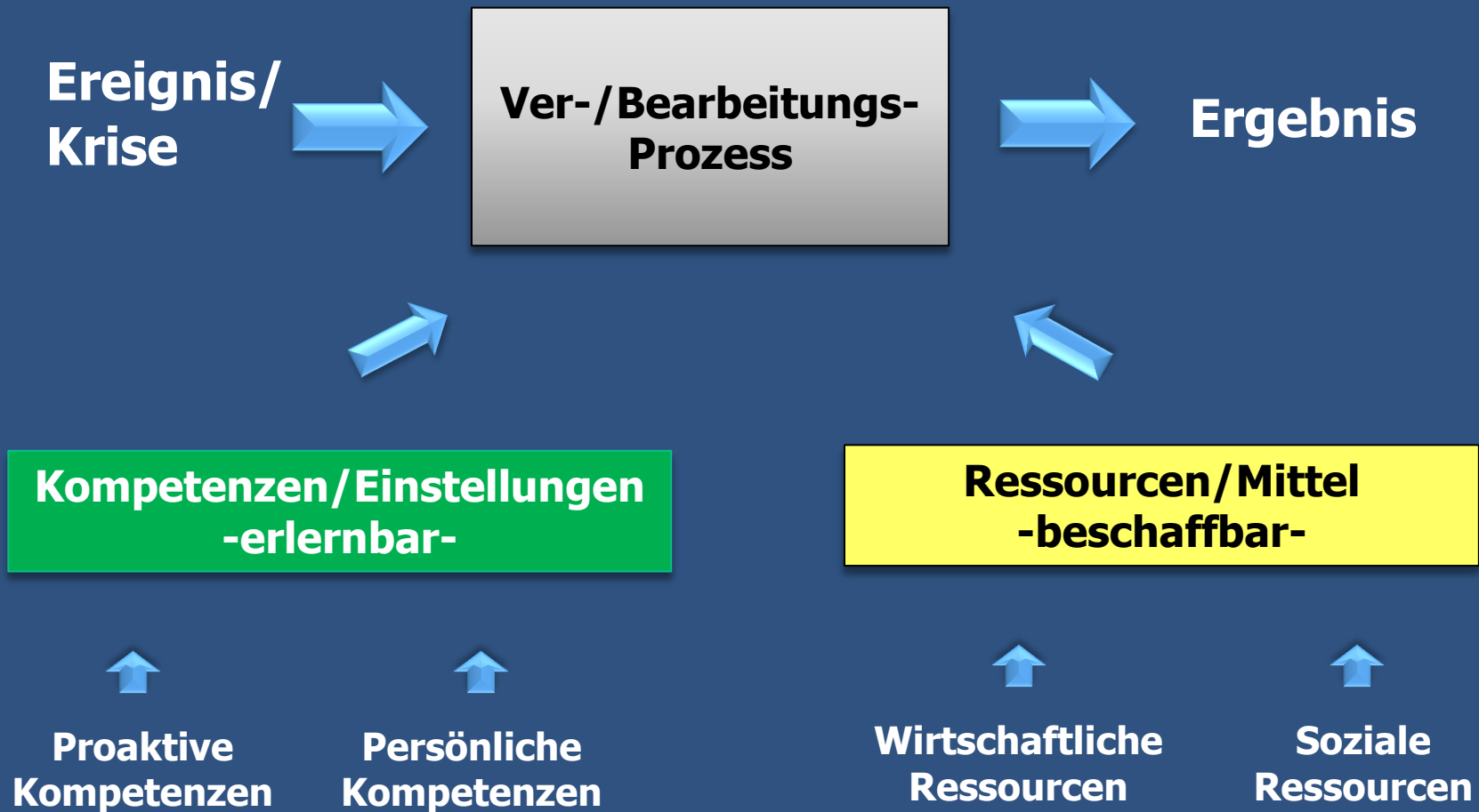


- Trainer / Coach / Personalentwickler / Interimsmanager
- Leiter PE > Allianz / Teamwork GmbH / ForumFinanz AG / Victoria
- Vertriebsbereichsleiter / Trainer / Verkäufer > Allianz Versicherung
- Schulleiter > HEBO-Privatschule
- Lehramtsstudium, Berlin und Frankfurt/M



- Systemischer Coach / Resilienz-Trainings
- PE / Personalbetreuung / Marketing > Wyeth Pharma
- Leitung Mädchenkrisenhaus > Inobhutnahme der Stadt Münster
- Verschied. Tätigkeiten im Bildungs- und Sozialwesen
- Studium Diplompädagogik , WWU Münster

Das Resilienz-Konzept



Mein Persönliches Resilienz-Profil

Proaktive Kompetenzen

	ausgeprägt	weniger ausgeprägt
Selbstverantwortung		
Lösungsorientierung		
Sinnkonzepte		
Zukunftsplanung		
Akzeptanz		
Entscheidungen treffen		

Wirtschaftliche Ressourcen

	ja	nein
Passende Tätigkeit		
Sinnvolle Tätigkeit		
Flexible Organisation		
Angemessenes Entgelt		
Ausreichendes Entgelt		
Sicherheit		

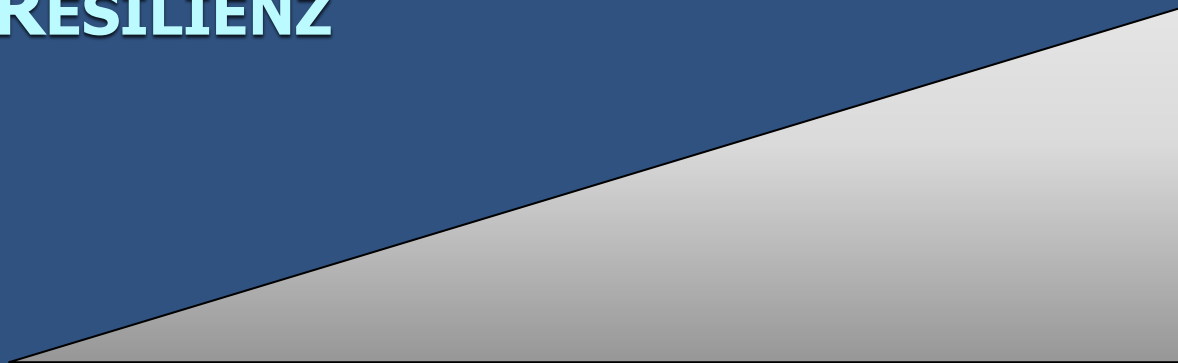
Persönliche Kompetenzen

	ausgeprägt	weniger ausgeprägt
Emotionale Stabilität		
Lernfähigkeit		
Humor		
Kontaktfähigkeit		
Positiver Realismus		
Körperlicher Zustand		

Soziale Ressourcen

	ja	nein
Familie		
Berufliche Kontakte		
Freunde		
Kontakte über Sport/Hobby		
Vorbilder		
Berater (Arzt, Coach, Therapeut)		

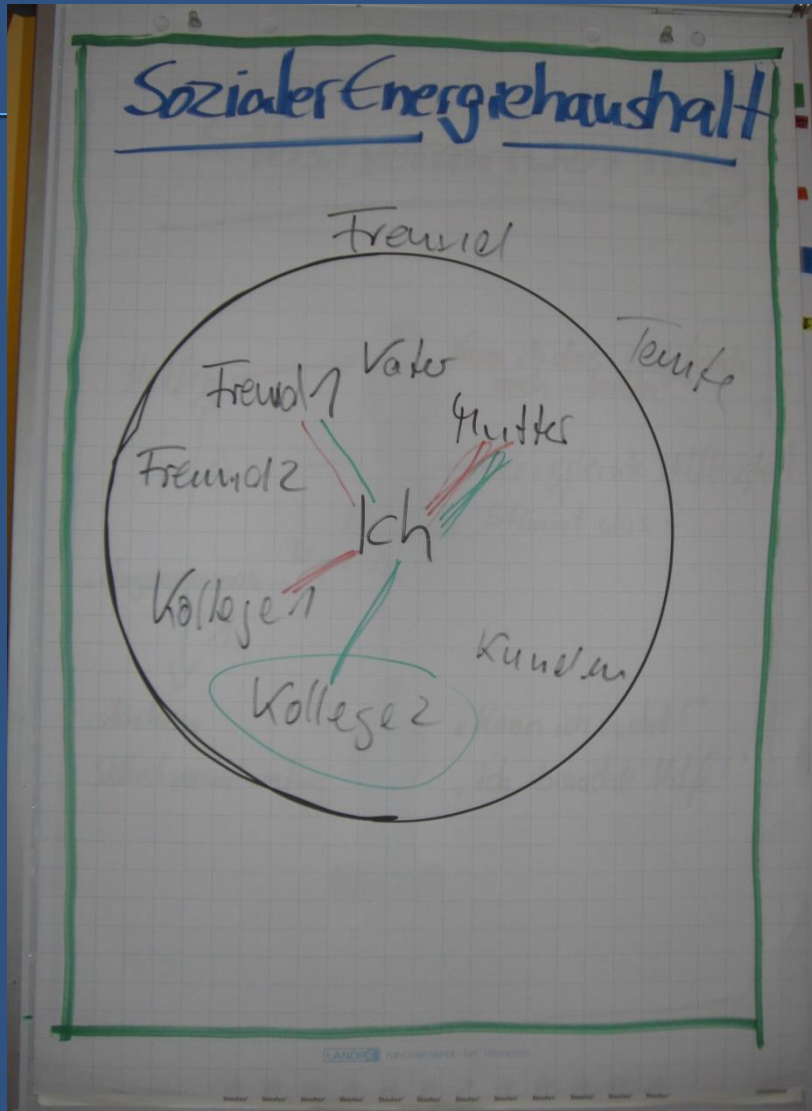
RESILIENZ



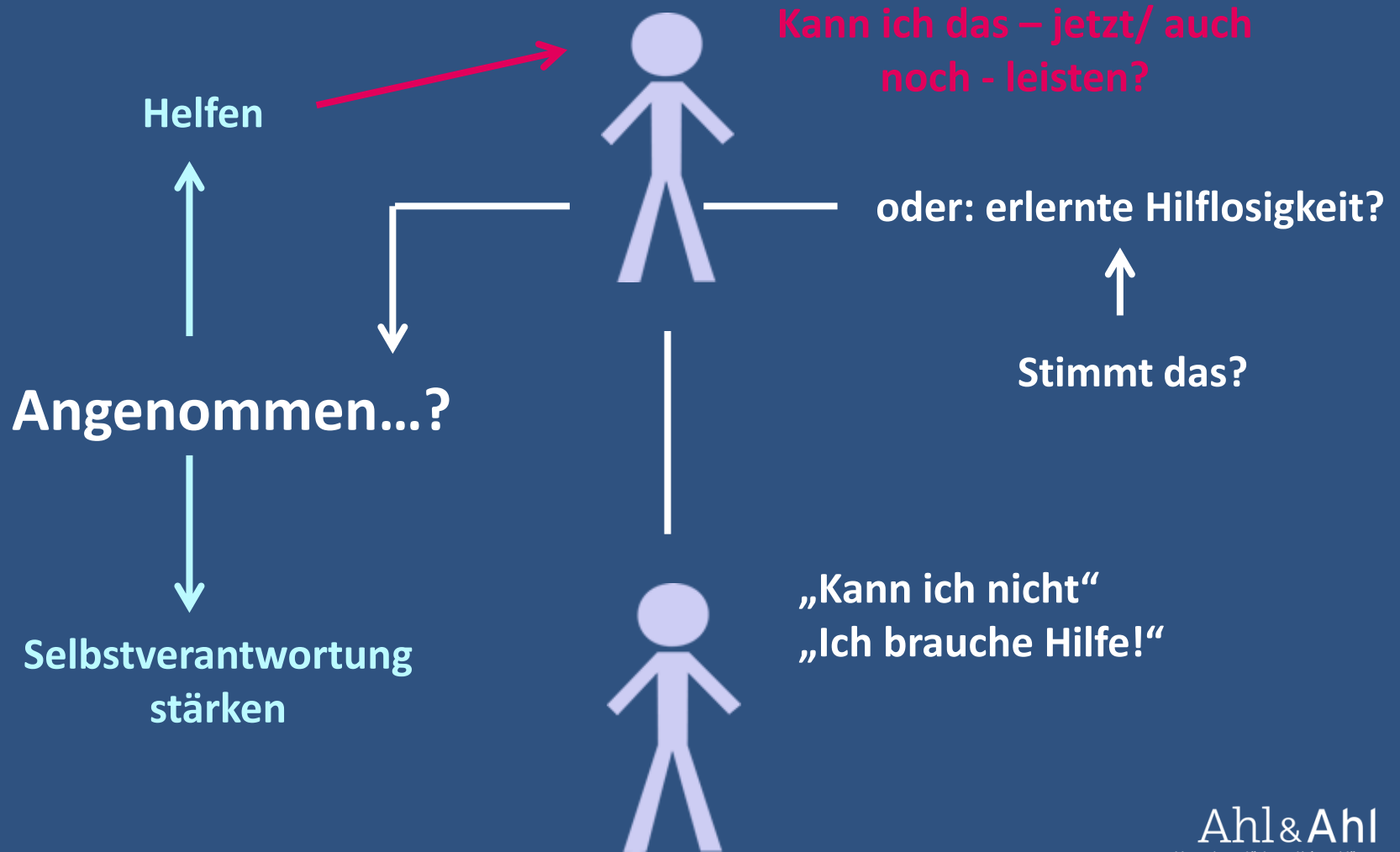
... ist erlernbar und trainierbar.

... verlernt man nie!

Netzwerken



Das Prinzip Selbstverantwortung



Karin & Peter Ahl
Vorträge | Workshops | Trainings | Coaching

Kontakt Daten:
Tel: 0251 - 52 10 62
www.ahlundahl.de
www.resilienz-muenster.de
www.resilienz-tv.de