

NORBYE

Din erhvervspsykologiske partner i udvikling af individ og organisation



Nyhedsbrev af Marianne de Paoli Norbye

LAD IKKE STRESSEN BIDE SIG FAST

Hvad gør I proaktivt for at klæde jeres medarbejdere bedre på til at forstå egen og andres stress?

Når først stressen har bidt sig fast, er det vanskeligt for medarbejderen selv at være den proaktive part, og at skulle handle reaktivt, når først skaden er sket, stiller store krav ikke bare til den stressramte men også til omgivelserne.

Klæd derfor jeres medarbejdere på med konkrete stressforebyggende værktøjer til hverdagen, så de bliver mere opmærksomme på egne og andres belastningsreaktioner og samtidig bliver bedre til at anvende en række forskellige mentale redskaber i deres dagligdag.

Kontakt NORBYE, hvis I vil høre mere om den proaktive stressforebyggelse.

- Strategisk stressforebyggelse
- Stresshåndtering
- Styrkelse af Mental Sundhed
- Resilience træning
- Effektivisering af Coping Strategier
- Sundhedspsykologiske Profiler
- Styrkelse af Personlig Indsigt
- Leder- & Medarbejder Workshops
- Psykologisk Coaching
- Lederudvikling
- Den Mentale Værktøjskasse
- Bedre Life-Balance
- Stressforebyggende Adfærd
- Stressbeskyttende ressourcer
- Stressfremkaldende risici
- Type A adfærd
- Individuel Assessment
- Gruppeportrætter
- Personlighedsfacetter
- Netværksmøder
- Personlige Udviklingsplaner
- Motivation- & Styrkeafdækning
- Selværd- og Selvtillidstræning
- Psykologisk Forandringsledelse
- Vane- & Adfærdsændring
- Kend din Stress-spand
- Udvikling af Personlig Gennemslagskraft
- Kognitive Samtaler
- Foredrag
- Performancesamtaler
- Stress Mentor