

„Lachen verleiht der Seele Flügel“

Humor im Arbeitsalltag

Sehr geehrte Damen und Herren,

gerade in der heutigen Zeit ist es wichtig für einen Ausgleich zu sorgen. Das Stichwort lautet WORK-LIFE-BALANCE, dem Gleichgewicht zwischen Berufs- und Privatleben. Die Vereinbarkeit von Anforderungen und Interessen des Arbeits- und Privatlebens hängt sowohl von den organisatorischen Bedingungen als auch von der persönlichen Wahrnehmung und dem individuellen Verhalten ab. Die derzeitigen Entwicklungen (gesellschaftlichen und technische Veränderungen, Flexibilität der Mitarbeiter) erfordern eine Neugestaltung der Beziehung zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmer, um die Leistungsfähigkeit und Leistungsbereitschaft der Mitarbeiter langfristig zu sichern. Mittlerweile besitzt das Thema Work-Life-Balance für die Personalarbeit in Unternehmen eine enorme Bedeutung.

Deshalb haben wir ein spezielles Programm für den beruflichen Alltag entwickelt. Denn ein Gleichgewicht zwischen den Lebensbereichen und ein gesunder, leistungsfähiger und motivierter Mitarbeiter wirken sich positiv auf die Person selbst, den Job und die Gesellschaft aus. Dabei arbeiten wir mit speziellen Trainingsformen, Reaktions- und Übungselementen aus der Theaterpädagogik und der Humorforschung.

Bringen Sie Ihren Arbeitsspeicher auf ein optimales Aktivitätsniveau

Auch die grauen Zellen brauchen Training. Wer rastet, der rostet, das gilt auch für den Kopf. Humor hilft den Alltag leichter zu bewältigen und dem natürlichen geistigen Abbau vorzubeugen.

Der Körper bewegt den Geist!

Gehirnjogging und Humor steigern die geistige Fitness und die Kreativität. Bewegung regt die Denkprozesse im Hirn an. Das kommt nicht nur Ihrem Erinnerungsvermögen zugute, sondern auch Ihrem körperlichen Wohlbefinden allgemein. Durch lockere Kommunikations- und Interaktionsübungen werden Sie Spaß, Freude und Energie tanken.

Entdecken Sie Ihre eigenen, ungenutzten Potentiale und Anlagen:

Geistige Fitness: Steigerung der Konzentrations- und Reaktionsfähigkeit, Kreativität, Spontaneität und Flexibilität, Aufnahme-, Lern- und Merkfähigkeit, Belastbarkeit und Stressresistenz

Ressource Humor: Bewältigungsstrategie bei Stress, Humor entspannt, baut Kommunikationsbrücken zwischen Menschen, fördert die Lebensfreude, Ausgeglichenheit und die Kreativität

Wirkungen auf die Mitarbeiter:

- Teamfähigkeit und Belastbarkeit
- Konzentrations-, und Reaktionsfähigkeit
- Kreativität, Spontaneität und Flexibilität
- Aufnahme-, Lern- und Merkfähigkeit, Konstruktivität
- Stresskondition und Sozialkompetenz
- Förderung von Interaktion, Kommunikation, Toleranz
- Positive Lebenseinstellung
- Steigerung der Motivation zur Gesundheit
- Positiven Zugang zum Mitarbeiter
- Förderung von Konzentration und Belastbarkeit

- Jede Minute die man lacht, verlängert das Leben um eine Stunde (Chinesisches Sprichwort)
- 10 min. Lachen = 45 min. Entspannungstraining
- 1 min. Lachen = 10 min. Jogging
- 1 min. Lachen verlängert das Leben um 1 Stunde
- 1 min. Lachen bringt 30 % Energie zurück
- **Füllen Sie Ihre Ressourcen wieder auf!**

Wir freuen uns, dass Sie von unserer Kompetenz profitieren möchten, ehmen Sie sich die Zeit – ich komme auch gern zu einem Info Gespräch bei Ihnen vorbei.

Sollten Sie Fragen haben, zögern Sie nicht, mich sofort anzurufen. Am besten nutzen Sie meine Mobilfunknummer 0173-3153537. Gern bin ich bereit, Ihre Fragen auch abends zu beantworten und individuelle Wünsche mit Ihnen zu diskutieren.

Ich freue mich auf Ihren Anruf.

Mit freundlichen Grüßen

Klaus-Peter Wick
akademie wick

akademie wick
Klaus-Peter Wick
Karl-Kohlbecker Str. 12
D-76571 Gaggenau

Tel. 0173 / 3153537
info@akademie-wick.de
www.akademie-wick.de

Bankverbindung:
Spark. Baden-Baden Gaggenau

Int. Bank Account Number
DE15 6655 1290 0050 5121 69
SWIFT-BIC: SOLADES1GAG

Steuer-Nr. 39495/30825

