



Berufsfahrer kommen im Arbeitsalltag mit Kunden, Arbeitskollegen, anderen Verkehrsteilnehmer und Behörden in Kontakt. Der Leistungsdruck ist sehr hoch.

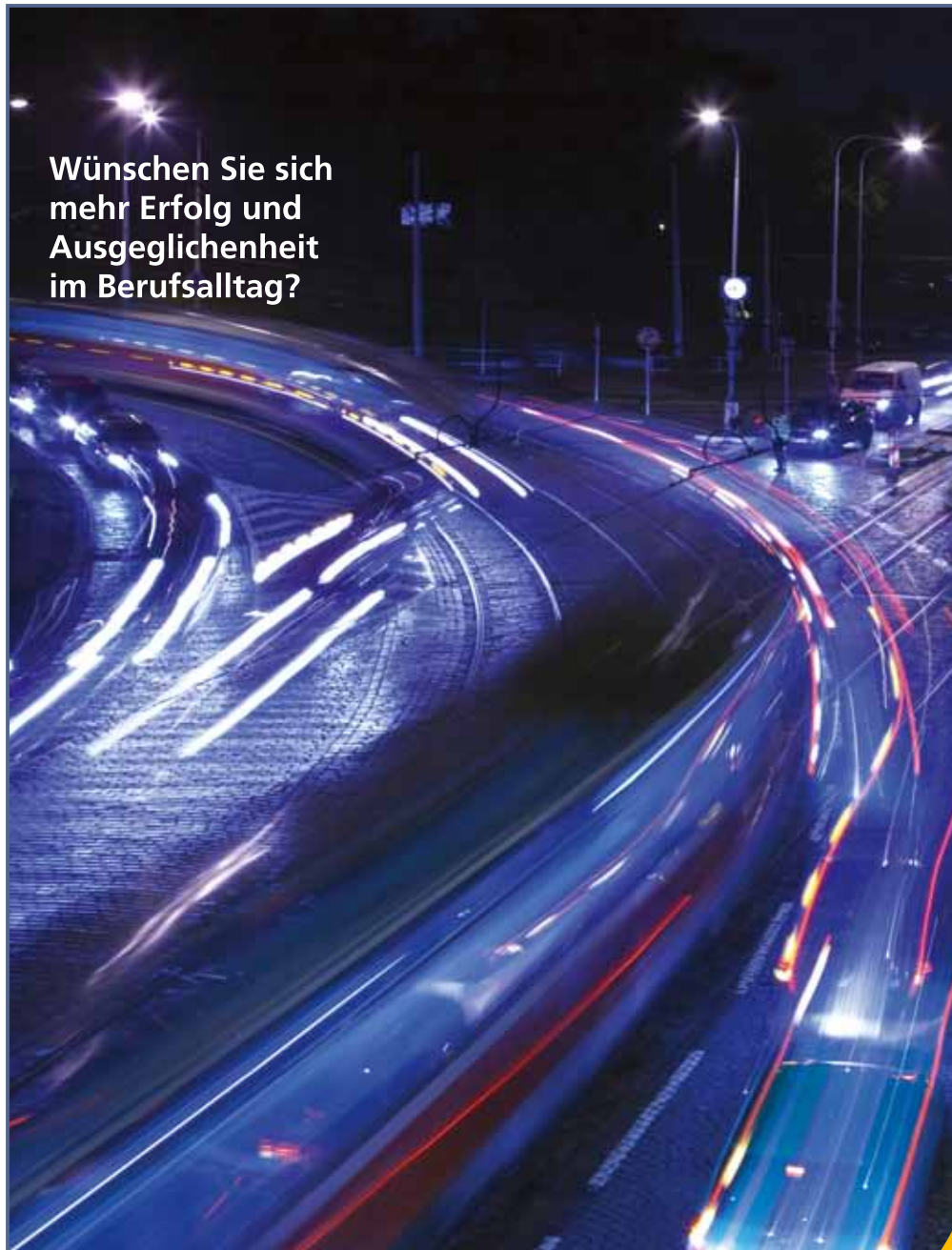
Besondere Umstände wie z.B. Zeitdruck und Ansprüche von Auftrag- oder Arbeitgebern können zu ungesundem Stress bis hin zu Gesundheitsbeeinträchtigungen führen.

Ein souveräner Umgang mit Stress und professionelle Kommunikationsfähigkeiten helfen dem vorzubeugen.

CZV - Weiterbildung für Berufsfahrer

Erfolgreicher Umgang mit Stress und Kommunikation

Wünschen Sie sich
mehr Erfolg und
Ausgeglichenheit
im Berufsalltag?





Wir stellen uns hohen
Qualitätsanforderungen
erfolgreicher
Erwachsenenbildung



asa

VEREINIGUNG DER STRASSENVERKEHRSÄMTER

Diese Weiterbildung ist
offiziell durch die asa
anerkannt und wird der
Weiterbildungspflicht
gemäss CZV mit 7 Std.
angerechnet!

Gerne führen wir für Sie ein
massgeschneidertes Training
in Ihrem Unternehmen durch.
Wir freuen uns auf Ihre
Kontaktaufnahme!

FRITSCHI Training-Coaching GmbH
Emanuel Fritschi
Chlätterstrasse 6
8454 Dorf
Tel.: +41 (0)52 317 01 17
Fax +41 (0)52 317 01 32
emanuel.fritschi@training-coaching.ch



Kursziele

- Sie erkennen Stress erzeugende Situationen und können mit Hilfe passender Methoden ausgleichend damit umgehen.
- Dank der Sensibilisierung für eine positive Kommunikation werden sie erfolgreicher im Umgang mit ihren Mitmenschen
- Individuelle Ziele und das Überdenken der eigenen Lebensführung sorgen für eine höhere Belastbarkeit



Trainingsinhalte

- Herausforderungen und Stressfaktoren im Berufsalltag
- Mein eigenes Stressprofil
- Schwierige Situationen frühzeitig erkennen und gezielt darauf eingehen
- Stressvermeidende Strategien und Methoden
- Ausgeglichene Lebensführung (Bewegung, Ernährung und Entspannung)
- Unterschiedliche Ansprechpartner und deren Sichtweisen
- Die Macht der eigenen Gedanken
- Einfache aber erfolgreiche Kommunikationstechniken



Dauer

1 Tag - 08.00 Uhr bis 17.00 Uhr



Kursleitung

Der Kurs wird von Emanuel Fritschi, Trainer, Coach und Pädagoge durchgeführt.



Kursbestätigung

Teilnehmende mit gültigem CH-Fahrausweis der Kat. C/C1 und/oder D/D1 erhalten eine offizielle asa Kursbestätigung CZV



Preise

Einzelpersonen: CHF 275.– inkl. Unterlagen
Firmenkurse: CHF 2'800.– pauschal bis max. 16 Personen
Registration im SARI inkl. offizielle asa Kursbestätigung: CHF 20.– / Person



Anmeldung / Termine / Ort / AGB

Siehe Beiblatt Anmeldung oder unter training-coaching.ch