

Ressourcen-Camp

mit **Martin Noack & Nicole Möhlenkamp**

Entdecke deine verborgenen Potentiale für mehr
Zufriedenheit & Lebensfreude am Arbeitsplatz



Facts & Figures

Psychische Erkrankung in den Top 3

Psychische Erkrankungen verursachten **15,1 %** des Krankenstandes und lagen somit auf **Platz drei** der wichtigsten Erkrankungsarten.²

Hohe Wechselbereitschaft

Fast die **Hälfte der Beschäftigten** will innerhalb eines Jahres den Arbeitgeber wechseln **und jede*r Fünfte** hat innerlich gekündigt.³

Belastungen steigen durch KiTa-Krise

Insbesondere in der **Kinderbetreuung und Erziehung** sind die Fehlzeiten durch psychische Erkrankungen erhöht.²

¹ Haufe - psychische Belastung am Arbeitsplatz

² DAK Report

³ Kündigungsstatistiken



Was gewinnen Sie durch das Ressourcen-Camp:

Burn Out - Prävention



Gezielte Stressbewältigung



Förderung der Achtsamkeit

Die **Integration von Stressbewältigungsstrategien** in den Arbeitsalltag führt zu einem gesünderen Arbeitsumfeld, weniger Ausfallzeiten und einer **gesteigerten Arbeitszufriedenheit**.

Mitarbeiterbindung



Wertschätzung und Anerkennung



Stärkung der Teamdynamik

Ein **positives Teamklima** stärkt die Mitarbeiterbindung und -loyalität, was zu einer **geringeren Fluktuation** führt und das Unternehmensimage nachhaltig verbessert.

Kostensenkung Recruiting



Verbesserung der Arbeitsatmosphäre



Entwicklung interner Talente

Die **Förderung von internen Talenten** reduzieren den Bedarf an externem Recruiting und die damit verbundene Kosten, während gleichzeitig die **Mitarbeitermotivation ansteigt**.

Roadmap

Etappe 1: Standort Check

- Selbstreflexion und Analyse der eigenen beruflichen Situation
- Identifikation von Stärken, Entwicklungsbereichen sowie eigenen Grenzen

01

02

Etappe 2: Haltungsverzield

- Definition eines persönlichen Haltungsverzield für die berufliche Rolle
- Fokus auf positive Verhaltensänderungen

Etappe 3: Ressourcen Pool

- Identifikation individueller Unterstützungsverzielden
- Innere und äußere Ressourcen zur Zielerreichung

03

04

Etappe 4: Strategien

- Entwicklung konkreter Strategien
- Erstellung von Wenn-Dann-Plänen für praxisnahe Umsetzung

Etappe 5: Alltagstransfer

- Integration der erlernten Inhalte in den Berufsalltag
- Bildung von Buddy-Teams für gegenseitige Unterstützung

05



Martin Noack



Kernkompetenzen

- Co-Gründer von Vaterwelten & fachliche Begleitung von ERG-Netzwerken
- Workshops und Seminare zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf und zur Stärkung von Elternkompetenz
- Supervision und Teamentwicklung für pädagogische Fachkräfte und internationale Teams
- Coaching und Beratung für Fach- und Führungskräfte sowie Eltern, zur Vereinbarkeit von Karriere und Familie



Qualifikationen

- 2024 Systemischer Coach und Supervisor
- 2021 Berater (DGSF) ISA-Institut
- 2020 Systemischer Stresspräventionstrainer WISPO AG
- 2018 Systemischer Familienberater Forum-CS

Mitgliedschaften





Nicole Möhlenkamp



Kernkompetenzen

langjährige Erfahrung als Fachdienst- und Sachgebietsleitung mit Führungsverantwortung in der Öffentlichen Verwaltung

Leitung einer Bildungsberatungsstelle mit Schwerpunkt auf beruflicher Weiterbildung

Qualitätsmanagementbeauftragte einer Bildungseinrichtung im Öffentlichen Dienst

Wissenschaftliche Mitarbeiterin bei der Entwicklung eines Handbuchs für Kompetenzfeststellung von Mitarbeiter*innen in kleinen und mittleren Unternehmen



Qualifikationen

Dipl-Soziologin JGU Mainz
Schwerpunkt: Organisation von Arbeit und Betrieb

systemische Beraterin (SG)

Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung
(Ernst Fritz-Schubert Institut Heidelberg)

Industriekauffrau

Trainings & Seminare

Selbstmanagement und
Motivationsmanagement
(Zürcher Ressourcenmodell®)

Teamentwicklung

Positive Psychologie

Einführung in New Work

Zusammenfassung

Vorteile des Ressourcen-Camps



Verbesserung der Motivation und Arbeitszufriedenheit



Förderung eines positiven Arbeitsklimas und Stärkung der Teamdynamik



Überwindung von Herausforderungen im Berufsalltag

Zielgruppe des Angebots



Fach- und Führungskräfte sowie Teams, die ihre Effektivität und Zusammenarbeit verbessern möchten, indem sie ein tieferes Verständnis ihrer Stärken entwickeln.

Investition

2-tägiges Training

Betrag

Ressourcen Camp

- Schritt 1: Standort Check
- Schritt 2: Haltungsziel
- Schritt 3: Ressourcen Pool
- Schritt 4: Strategien
- Schritt 5: Alltagstransfer

Summe

auf Anfrage

Organisatorischer Rahmen



Umsetzung als Inhouse-Veranstaltung oder Online-Angebot



Ort und Dauer nach individueller Abstimmung mit Ihnen

Ressourcen-Camp

Kontaktieren Sie mich noch heute für ein unverbindliches Angebot.



info@martin-noack.de

+49 160 95001465

<https://martin-noack.de/>



nmoehlenkamp@web.de

