



FÜRSTENBERG
INSTITUT

تدريينا في مجال الصحة العقلية – خطتك الإحتياطية

فورستبرج – من أجلك.
قصيرة الأمد وسرية ومجانية.
نصيحة للموظفين والمديرين بشأن التحديات المهنية أو الخاصة أو الصحية.

مزيد من المعلومات في:
www.fuerstenberg-institut.de

الحياة اليومية مليئة بالتحديات. نحن جميعا نشعر بهذه الطريقة

المواضيع متنوعة وفي بعض الأحيان تكون معقدة للغاية لدرجة أنها تجعل حياتنا أكثر صعوبة وتمنعنا من أن نكون سعداء. مهما كان الوضع فحن هنا.

الشخصية:

- ← إدارة الوقت وإدارة الذاتية
- ← الكفاءة الاجتماعية
- ← مظهر واثق

المهنة ومكان العمل:

- ← عبء العمل
- ← الصراعات
- ← التعامل مع التغيرات الهيكلية

الإدارة:

- ← التعامل مع الموظفين المجهدين عقليا
- ← التوترات والصراعات في الفريق
- ← القيادة في عمليات التغيير

الإجهاد والإرهاق:

- ← مزاج اكتئابي
- ← اضطرابات النوم
- ← خطر الإدمان
- ← التعامل مع المرض والموت والحزن

والعديد من المواضيع الأخرى المتعلقة بحياتك الخاصة أو المهنية.

الأسرة وشريك الحياة:

- ← مواضيع الشراكة
- ← العائلة والصدقة
- ← أسئلة بشأن التربية والرعاية

الحديث يساعد.

نحن هنا للمساعدة.

لا تتردد في تحديد موعد.

نحن متواجدون على مدار اليوم وطوال العام.

هاتف * 0800 / 387 78 36

بريد إلكتروني coaching@fuerstenberg-institut.de

موقع ** my.fuerstenberg-institut.de



* المكالمات مجانية من الخطوط الأرضية الألمانية. يمكنك العثور على أرقام هواتف مجانية من الخارج على موقعنا.

** سوف تتلقى بيانات الوصول إلى myFürstenberg من صاحب العمل الخاص بك.