

کوچینگ سلامت روان ما. برنامه جایگزین تو.

فورستنبرگ، برای تو.
سریع، محرمانه و رایگان

ارائه خدمات مشاوره‌ای به کارکنان و مدیران در زمینه مسائل شغلی،
شخصی و سلامت.

اطلاعات بیشتر در:

www.fuerstenberg-institut.de

زندگی روزمره پر از چالش‌هاست. این تجربه‌ای مشترک برای همه ماست.

موضوعات مطرح‌شده بسیار متنوع‌اند و گاهی آن‌قدر پیچیده می‌شوند که زندگی را برای ما دشوار کرده و مانع احساس خوشبختی‌مان می‌شوند. در هر شرایطی — ما در کنار شما هستیم.

شغل و محیط کار:

- ← رشد فردی:
- ← مدیریت زمان و خودمدیریتی
- ← مهارت‌های اجتماعی
- ← اعتمادبه‌نفس در رفتار

- ← فشارهای شغلی
- ← تعارض‌ها و چالش‌های کاری
- ← مدیریت تغییرات ساختاری

استرس و فرسودگی:

- ← رهبری و مدیریت:
- ← نحوه برخورد با کارکنان دارای فشارهای روانی
- ← تنش‌ها و تعارض‌ها در تیم
- ← رهبری در فرآیندهای تغییر

- ← حالات افسردگی
- ← اختلالات خواب
- ← خطر وابستگی و اعتیاد
- ← مواجهه با بیماری، مرگ و سوگ
- ← بدهی‌ها و مشکلات مالی

خانواده و روابط عاطفی:

- ← مسائل مربوط به روابط زوجین
- ← خانواده و دوستی‌ها
- ← پرسش‌ها و چالش‌های تربیتی و مراقبتی و بسیاری موضوعات دیگر در زندگی شخصی یا شغلی تو.

صحبت کردن کمک می‌کند.
ما همراه تو هستیم.

برای هماهنگی وقت ملاقات با ما تماس بگیرید.

ما به‌صورت ۲۴ ساعته و در تمام روزهای سال پاسخگوی شما هستیم.

تلفن * 0800 / 387 78 36

لیمیا coaching@fuerstenberg-institut.de

مرفتپه ** my.fuerstenberg-institut.de



* تماس از خطوط ثابت داخل آلمان رایگان است.

شماره های تلفن رایگان برای تماس از خارج از کشور را می‌توانید در وبسایت

www.fuerstenberg-institut.de مشاهده کنید.

** اطلاعات دسترسی به myFürstenberg از طریق شرکت محل کارتان در اختیارتان قرار می‌گیرد.