
WEBINAR

Ανθεκτικότητα σε περίοδο κρίσης



Optimal HR
Group

Webinar: “Ανθεκτικότητα σε περίοδο κρίσης”

Πώς η κρίση του κορονοϊού έχει ανατρέψει την καθημερινότητά μας; Το webinar “Ανθεκτικότητα σε καιρό κρίσης” έχει ως κύριο σκοπό να προσφέρει στους συμμετέχοντες εργαλεία τα οποία θα τους βοηθήσουν να αντιμετωπίσουν με ανθεκτικότητα τη νέα πραγματικότητα στην επαγγελματική αλλά και προσωπική τους ζωή.

Στόχος Webinar

Οι συμμετέχοντες θα:

- Κατανοήσουν τι σημαίνει ανθεκτικότητα
- Αντιληφθούν ποια είναι τα οφέλη της ανθεκτικότητας
- Μάθουν τους παράγοντες που την ενισχύουν
- Αποκτήσουν συγκεκριμένα εργαλεία για την ενίσχυση της ανθεκτικότητάς τους

Περιεχόμενα Webinar

- Προσδοκίες
- Τι είναι ανθεκτικότητα
- Παράγοντες που συμβάλλουν στην Ανθεκτικότητα
- Tips για ενίσχυση της Ανθεκτικότητας

Το webinar έχει διάρκεια **60'** και θα πραγματοποιηθεί μέσω της πλατφόρμας zoom.