



Ein gelingendes (Arbeits-)Leben

Was hält, wenn nichts mehr hält? | Und worauf gründet ein (Arbeits-)leben, das trägt?

Wie entsteht Gesundheit im Arbeitsalltag und wer gestaltet sie wirklich?

Ein gelingendes Arbeitsleben lässt sich nicht verordnen. Doch Sie können Rahmenbedingungen schaffen, in denen Gesundheit, Motivation und Leistungsfreude auch dann tragen, wenn der Alltag anspruchsvoll wird.

Wie gehen Ihre Mitarbeitenden heute mit Belastung um? Und was hilft ihnen konkret, handlungsfähig zu bleiben?

Belastung entsteht oft schnell. Doch sie wird selten gemeinsam reflektiert. Dabei zeigen gerade diese Momente, ob das Wohl der Mitarbeitenden im Unternehmen sichtbar gelebt wird – im Mit- und Füreinander, in kleinen Entscheidungen. Dieses Angebot lädt ein, diesen Raum bewusst zu gestalten.

Sie investieren nicht in ein abstraktes «Wohlfühl-Angebot»

Sie investieren in ein konkretes Angebot mit direkter Wirkung in Ihrer Organisation.

- In die Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden: mit persönlichen Strategien für den Umgang mit Anforderungen und Belastung im Alltag spürbar
- In Motivation und gemeinsamen Erfolg: mit mehr Leistungsfreude, tragfähiger Zusammenarbeit und nachhaltiger Identifikation

Genau hier setzt der Workshop von existentialcare.ch GmbH an. Denn ein gelingendes Arbeitsleben ist keine private Aufgabe. Es ist eine kulturelle Leistung. Sichtbar im Umgang mit Belastung, mit Tempo und mit dem, was wir voneinander erwarten.

Ein gelingendes Arbeitsleben ist kein Zustand, den man einmal erreicht. Es ist ein Prozess. Er entsteht aus den persönlichen Ressourcen Ihrer Mitarbeitenden und aus der Kultur, in der diese sich entfalten dürfen.

Was trägt Ihr Team unter Druck?

Der vierstündige Workshop richtet sich an Mitarbeitende aller Funktionen und Hierarchiestufen. Denn Gesundheit und Motivation sind keine individuellen Projekte. Sie entstehen im Zusammenspiel, gerade dann, wenn Anforderungen und Belastungen hoch sind. Wie bleibt Ihr Team in solchen Momenten handlungsfähig und was hält sie lebendig?

Unser interaktives Format setzt genau hier an. Mit kurzen Inputs, Gruppen-Dialog und gezielter Reflexion entwickeln Ihre Mitarbeitenden konkrete Strategien für den Umgang mit beruflichen Anforderungen. Direkt aus ihrem Alltag, direkt wieder anwendbar.

In vier Stunden entsteht ein Raum, der Wirkung zeigt: persönlich, pragmatisch und unmittelbar umsetzbar. Die Teilnehmenden machen ihre eigenen Ressourcen sichtbar und stärken sie gezielt, als Grundlage für ein gelingendes (Arbeits-)leben in Ihrer Organisation.

Welche Kultur entsteht, wenn es wirklich anspruchsvoll wird?

Ihre Mitarbeitenden entwickeln individuelle Ansätze, um Gesundheit, Motivation und Leistungsfreude langfristig zu erhalten, besonders dann, wenn Anforderungen steigen und Ressourcen knapp werden.

Dabei entsteht mehr als einzelne Massnahmen: eine gemeinsame Sprache und ein geteiltes Verständnis dafür, was im Arbeitsalltag wirklich trägt. Gesundheit und Motivation werden nicht dem Zufall überlassen, sondern Teil der gelebten Kultur.

Mitarbeitende klären gemeinsam, wie ein gelingendes Arbeitsleben konkret gestaltet werden kann, im Umgang mit Belastung, im Miteinander und in den täglichen Entscheidungen.

So entstehen konkrete Handlungsmöglichkeiten für herausfordernde Situationen. Und ein Team, das sich als wirksam erlebt, verbunden handelt und Verantwortung gemeinsam trägt.

Einen gelingenden Umfang finden. Dafür steht existentialcare

