

Coaching und Resilienz: Stärker sein als die Situation

Eintägiger Themen-Workshop

Kursnummer 26M501652

Beginn Freitag, 17.04.2026, 09:00 - 15:30 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS im Komed, 637

Dozent Lucyna Reich

Kursentgelt 72,00 €

Resilienz ist kein Trend, sondern eine entscheidende Fähigkeit, um in Krisen und Veränderungsprozessen handlungsfähig zu bleiben. Sie ermöglicht es Menschen und Organisationen, sich anzupassen, zu lernen und gestärkt aus Herausforderungen hervorzugehen. In diesem praxisnahen Workshop erfahren Sie, wie Sie Resilienz gezielt fördern – bei sich selbst, in Ihrem Team und in Ihrer Organisation.

In diesem Workshop widmen Sie sich folgenden Themen:

Aktuelle Erkenntnisse aus der Resilienzforschung
Verständnis, wie Menschen und Teams an Herausforderungen wachsen
Konkrete Coaching-Ansätze zur Krisenbewältigung und Stärkung der Zuversicht
Praktische Maßnahmen für mehr Resilienz im Berufsalltag

Zielgruppen:

Führungskräfte und Teams in dynamischen Märkten
Unternehmen mit Veränderungsdruck und starkem Wettbewerb
Organisationen, die Stress und Zukunftsängste aktiv begegnen wollen
Menschen, die sich und andere in unsicheren Zeiten stärken möchten

Über die Dozentin: Lucyna Reich hat 20 Jahre Erfahrung als Führungskraft auf internationalem Parkett im Mittelstand und in Konzernen, ist zertifizierter systemischer Coach, Change-Managerin und Scrum-Master. Sie begleitet als Expertin Menschen und Unternehmen bei Veränderungsprozessen sowie bei der Führungs- und Teamentwicklung.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

17.04.2026 09:00 - 15:30 Uhr VHS im Komed, 637

[zur Kursdetail-Seite](#)

Coaching und Resilienz: Stärker sein als die Situation

Eintägiger Themen-Workshop

Kursnummer 26M501652

Beginn Freitag, 17.04.2026, 09:00 - 15:30 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS im Komed, 637

Dozent Lucyna Reich

Kursentgelt 72,00 €

[zur Kursdetail-Seite](#)

