



**Mitgliederschulung:**

**Nettigkeit am Arbeitsplatz schaffen**

**Schulungsangebot im November**

**Nettigkeit am Arbeitsplatz schaffen**. In dieser Sitzung besprechen wir die wichtige Rolle, die Freundlichkeit dabei spielt, starke Beziehungen aufzubauen und eine positive geistige Gesundheit zu fördern. Dabei wird es unter anderem um Strategien und praktische Wege gehen, um im Alltag freundlich zu sein. Teilnehmende werden auch die Motivationen hinter altruistischen Handlungen sowie die Wissenschaft hinter Dankbarkeit untersuchen und praktische Strategien anbieten, um dies in Ihren Alltag einzubeziehen. Außerdem werden wir besprechen, welche Vorteile es für unsere eigene geistige Gesundheit hat, zu geben und anderen zu helfen, wobei die Bedeutung von Freundlichkeit als ein wichtiges Element für einen gesunden Arbeitsplatz betont wird. Durch eine Kombination aus wissenschaftlichen Erkenntnissen und praktischen Strategien zielt diese Sitzung darauf ab, Teilnehmende zu befähigen, eine Kultur der Freundlichkeit und Dankbarkeit zu schaffen, die positive geistige Gesundheit zu fördern und Beziehungen zu stärken.

Inhalte der Schulung

* Die Rolle verstehen, die Freundlichkeit dabei spielt, starke Beziehungen aufzubauen und eine positive geistige Gesundheit zu fördern
* Strategien und praktische Wege identifizieren, um im Alltag freundlich zu sein
* Die Wissenschaft hinter Dankbarkeit besprechen und praktische Strategien untersuchen, um sie in unseren Alltag einzubeziehen

Melden Sie sich zu einem für Sie passenden Zeitpunkt für die einstündige Schulung an oder nutzen Sie die On-Demand-Option. Die Schulungen werden weltweit in englischer Sprache angeboten.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Aufgezeichnete Sitzungen**On demand(keine Fragen und Antworten)**[Hier ansehen](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/4987fab44e6d103d9d57f2ab7c6149cd/playback)****Sie haben wenig Zeit?**Die zehnminütige Zusammenfassung finden Sie**[hier](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/97ad370550c5103db9d3eafd9d2d9f3f/playback)** | **14. November**19.00 bis 20.00 Uhr (GMT)(mit Fragen und Antworten)[**Jetzt anmelden**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000TUYzYAO) | **18. November** 13.00 bis 14.00 Uhr (GMT)(mit Fragen und Antworten)[**Jetzt anmelden**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000TUabYAG) | **19. November**7.00 bis 8.00 Uhr (GMT)(mit Fragen und Antworten)[**Jetzt anmelden**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000TUcDYAW) | **19. November** 17.00 bis 18.00 Uhr (GMT)(mit Fragen und Antworten)[**Jetzt anmelden**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000TUdpYAG) |

**Die Teilnehmerzahl der Live-Schulungen ist begrenzt, bitte melden Sie sich vorher an.**

Dieses Programm ist nicht für Notfälle oder dringenden Behandlungsbedarf bestimmt. Rufen Sie in Notfällen in den USA unter 911 den Rettungsdienst. Außerhalb der USA wenden Sie sich bitte an den örtlichen Notruf oder gehen Sie in die nächstgelegene Notaufnahme. Dieses Programm ist kein Ersatz für die Beratung durch einen Arzt oder eine medizinische Fachkraft. Wegen möglicher Interessenskonflikte werden keine rechtlichen Beratungen zu Problemen angeboten, die rechtliche Schritte gegen Optum, seine Partnerunternehmen oder andere Einrichtungen, über die der Anrufer diese Dienstleistungen direkt oder indirekt erhält (z. B. Arbeitgeber oder Krankenkasse), beinhalten könnten. Dieses Programm und alle seine Komponenten, insbesondere Dienstleistungen für Familienmitglieder unter 16 Jahren, sind möglicherweise nicht an allen Standorten verfügbar und können ohne vorherige Ankündigung geändert werden. Die Erfahrung und/oder das Ausbildungsniveau in den Lösungen für emotionales Wohlbefinden können je nach Vertragsbedingungen oder landesspezifischen behördlichen Anforderungen unterschiedlich sein. Es können Ausschlüsse und Einschränkungen des Versicherungsschutzes gelten.

© 2024 Optum, Inc. Alle Rechte vorbehalten. Optum ist eine eingetragene Marke von Optum, Inc. in den USA und in anderen Rechtsgebieten. Alle anderen Marken- oder Produktnamen sind Marken oder eingetragene Marken der jeweiligen Eigentümer. Als Arbeitgeber fördert Optum die Chancengleichheit.