

INTRODUCTIE ECO-EMOTIES



Houdt jouw organisatie zich bezig met het verduurzamen van Nederland? Zetten medewerkers zich vanuit een mooie motivatie in om het tij te keren? Het is niet zo gemakkelijk om dagelijks met je neus op de confronterende feiten gedrukt te worden. Het kan gevoelens van onmacht, angst of zelfs frustratie teweeg brengen. Wij noemen dit eco-emoties. Lastige gevoelens die mentaal belastend zijn voor betrokken werknemers en daardoor ook doorwerken in bedrijfsprocessen.

GEEF OP EEN VERBINDENDE MANIER RUIMTE AAN EMOTIES, ZODAT JE GEZOND DAADKRACHTIGE STAPPEN KUNT ZETTEN.

Wij weten inmiddels dat ruimte geven aan deze emoties een belangrijke manier is om samen gezond te blijven én vooruit te blijven bewegen. Terwijl de neiging kan zijn om over lastige gevoelens heen te stappen of juist te piekeren. Herkenbaar? Stichting klimaatpsychologie begeleidt teams en medewerkers in het omgaan met eco-emoties. Wil jij hiermee aan de slag? Dan is onze kennissessie wellicht precies wat je zoekt!

KENNISSESSIE: INTRODUCTIE OMGAAN MET ECO-EMOTIES

Voor teams die alles willen leren over:

- Eco-emoties; Welke eco-emoties zijn er?
- Coping strategieën; Wat zijn helpende en minder helpende vormen van coping?
- Mentale veerkracht; Hoe vergroot je deze?
- Gesprekstechnieken; Hoe kun je hier met elkaar over praten? Waarom is dat belangrijk?

Dit is een verhelderende kennissessie! Gedurende 1,5 uur nemen we jullie mee in de wereld van mentale belasting door de klimaatcrisis. De kennissessie kan zowel op locatie (€ 950,-) als online (€ 750,-) plaatsvinden en is geschikt voor 6 - 120 deelnemers.



VOOR WIE GESCHIKT

De sessie is geschikt voor organisaties, overheid en (vrijwilligers)instanties. Denk aan thema's zoals: klimaatadaptatie, klimaatmitigatie, klimaatrechtvaardigheid, (klimaatgerelateerde) psychische klachten of bijvoorbeeld start-ups met duurzame oplossingen die last hebben om op te schalen. Maar ook teams en collectieven die mentaal steeds meer uitgedaagd worden om veerkrachtig te blijven. Iedereen is welkom!

Geïnteresseerd? Meer weten? Neem contact op met Stichting Klimaatpsychologie via info@klimaatpsychologie.com. Geef in je mail aan voor wie je het wilt inzetten. We reageren binnen zeven dagen op je verzoek.

Stichting
Klimaatpsychologie



Kantelen: wij of het klimaat?