

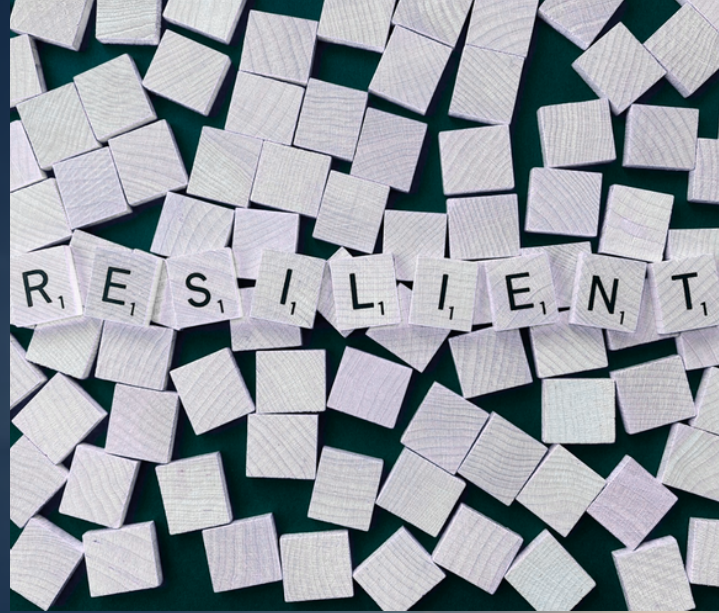
Innere Stärke für äußere Wirkung

**STARK KOMMUNIZIEREN.
AUCH WENN DER DRUCK STEIGT.**

Klar bleiben unter Druck.

Energie und Ressourcen besser steuern.

Als Team handlungsfähiger und wirksamer agieren.



STEADYSTATE Resilienztrainings für Kommunikationsteams

Wirksame Kommunikation beginnt im richtigen Zustand.

Kommunikationsprofis arbeiten heute unter hoher Taktung, permanenten Erwartungen und wachsender Unsicherheit. Sie sollen Orientierung geben, Krisen begleiten, Vertrauen sichern und dabei klar, belastbar und handlungsfähig bleiben. Genau hier setzen **STEADYSTATE Resilienztrainings** an.

Die Trainings stärken die Menschen, die Kommunikation wirksam machen. Im Mittelpunkt stehen **Selbstführung, mentale Flexibilität, Emotionsregulation, Energiemanagement und Team-Resilienz**. Dabei geht es nicht um „mehr aushalten“, sondern darum, vorhandene Ressourcen besser zu nutzen, Belastungen frühzeitig wahrzunehmen und auch unter Druck auf die eigenen Kompetenzen besser zugreifen zu können.

Die Trainings sind **praxisnah, aktivierend und auf den Kommunikationsalltag zugeschnitten**. Statt Frontalunterricht stehen Reflexion, gemeinsames Lernen und konkrete Anwendung im Mittelpunkt. Ziel ist eine Resilienz, die nicht erst in der großen Krise greift, sondern bereits im täglichen Umgang mit Zeitdruck, Erreichbarkeit, Konflikten, Veränderung und hoher Verantwortung.



Was Ihre Kommunikationsteams gewinnen

- mehr Klarheit & Handlungsfähigkeit unter Druck
- einen bewussteren Umgang mit Stress, Ambivalenzen & Emotionen
- stärkere Selbstwirksamkeit & lösungsorientierten Denken
- bessere Regeneration & einen gesünderen Umgang mit Energie
- mehr Vertrauen, Wertschätzung & psychologische Sicherheit im Team
- konkrete Werkzeuge, direkt für den Arbeitsalltag



STEADYSTATE ist Teil von KOMSILIENZ®

KOMSILIENZ® - Kommunikationsresilienz für Unternehmen - verbindet starke Markenidentität, Krisen- und Change-Readiness mit der inneren Stabilität der Menschen, die Kommunikation gestalten. Denn starke Kommunikation braucht nicht nur gute Strategien und Prozesse – sondern Menschen und Teams, die auch dann klar, handlungs- und beziehungsfähig bleiben, wenn es darauf ankommt.



Interesse an einem Training für Ihr Kommunikationsteam?

Lassen Sie uns gemeinsam schauen, wo Ihr Team aktuell steht – und was es braucht, um auch unter Druck ihr volles Potenzial auszuschöpfen sowie wirksamer und gesünder agieren zu können.

Stefan Leunig

Kommunikationsberatung | Resilienztraining | KOMSILIENZ®

Kontakt / Terminanfragen:

Website: stefanleunig.de/steadystate

E-Mail: mail@stefanleunig.de



E-Book:
5 Strategien und
Praxis-Tipps für
Kommunikations-
profis unter Druck
und bei Dauerstress!