

Stark im Stress oder Warum Jesus kein Burnout hatte oder Ausserordentliche Herausforderungen erfolgreich meistern

<p>Beschreibung</p>	<p>Effektiver Umgang mit Herausforderungen bedeutet Leistungssteigerung, Verminderung von Kommunikationspannen, Konflikten und stressbedingten Erkrankungen.</p>  <p>Wie ging Jesus mit seinen Herausforderungen um? Weshalb hatte Jesus kein Burn-out? Was war sein Geheimnis? Wellen gehören zum Meer wie Herausforderungen zum Leben einer jeden Frau. Diese Situationen erleben wir manchmal als Stress, der uns antreibt und glücklich macht, manchmal als Bedrohung. Das Ziel der Weiterbildung ist es, eigene Stressmuster zu analysieren und persönliche Strategien zu effektiven Umgang mit Stress Alltag zu erarbeiten. Denn viele der täglichen Ärgernisse lassen sich vermeiden. Es ist möglich, ein individuelles Stressprofil zu erstellen.</p>
<p>Leitung</p>	<p>Dora Aebi-Küpfer, Unternehmensberaterin und Geschäftsleiterin von  wachstum.ch (www.wachstum.ch). Sie ist ausgebildete Lehrerin, Unternehmerin, Theologin und hat über 20 Jahre Führungserfahrung.</p>
<p>Zeitbedarf</p>	<p>1-2 Kurstage oder als Referat</p>
<p>Voraussetzung</p>	<p>Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.</p>
<p>Kursort</p>	<p>Nach Vereinbarung</p>
<p>Honorar</p>	<p>Nach Vereinbarung</p>