



Lifebiz

bietet Unternehmen wie Privatpersonen effektive Coachings, Trainings und Seminare rund um Kommunikation und Veränderungsarbeit. Die Leitidee: das Leben von Menschen zum Positiven zu verändern. Diesem Ziel widmet sich Life & Business Coach Robert Bensch mit Kompetenz und Leidenschaft. Sein Anspruch: „Mein Know-how immer wieder neu zu optimieren, um für meine Klienten das Beste zu erreichen.“

Burnout Prävention

Versicherungen gehen davon aus, dass jeder dritte Deutsche im Verlauf seines Lebens berufsunfähig wird. Als häufigste Ursache nennt die Statistik psychische Erkrankungen, die vor allem von Unzufriedenheit, Stress oder Mobbing ausgelöst werden.

Wer sich durch permanenten Druck ausgebrannt fühlt, verliert die Freude am Job und gefährdet Körper und Psyche.

Neue Perspektiven eröffnet Ihnen unser Seminar: Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihre Aufgaben selbstbestimmt und ohne schlechtes Gewissen meistern. Anhand ausgewählter Techniken lernen Sie, selbst mit hohen Stresspotenzialen umzugehen und sich gegenüber äußeren Einflüssen zu behaupten.

LIFEBIZ

LIFE & BUSINESS COACH



SAT 1 RTL 98.8 KISS FM SPIEGEL ONLINE

Verantwortlich für den Inhalt:

Robert Bensch
Seegefelder Str. 45
13583 Berlin
Tel.: +49 (0)30 85 97 05-01
E-Mail: info@lifebiz.de

BURNOUT PRÄVENTION SEMINAR

2012

Themen

Burnout und andere psychosomatische Erkrankungen:

Frust und Unzufriedenheit äußern sich auf vielfältige Weise. Wir stellen keine Diagnose, sondern gehen den Ursachen auf den Grund.

Ziele und Durchsetzungsfähigkeit:

Wir unterstützen Sie bei der Suche nach Zielen, für die es sich zu leben lohnt, und arbeiten mit Ihnen an deren Umsetzung.

Kommunikation und Konfliktmanagement:

Trainieren Sie mit uns, offen zu kommunizieren und souverän mit Konflikten umzugehen.

Mobbing:

Persönliche Angriffe am Arbeitsplatz? Wir zeigen Ihnen Möglichkeiten auf, sich gegen solche Attacken zur Wehr zu setzen.

Stressbewältigung:

Lernen Sie, Sport, Entspannungstechniken und Work-Life-Balance für sich zu nutzen.

Zeitmanagement:

Zeitmangel und Stress gelten als Hauptursache für einen Burnout – Grund genug, sich mit dem Thema Zeitmanagement auseinanderzusetzen.

Abschließende Gruppenübung:

Ein "Schlachtplan" für Ihre persönliche Situation lässt Sie motiviert an künftige Veränderungen herangehen.

Das Seminar

Praxisbezug dank eigens entwickelter Übungen, mit deren Hilfe Sie Gelerntes unmittelbar umsetzen und anwenden.

Nachhaltige Erfolge, unterstützt durch zusätzliche Unterlagen zur Vor- und Nachbereitung.

Effizientes Training anhand aktuellster Lernforschungsstrategien.

Ort: Berlin (Einzelheiten entnehmen Sie bitte der schriftlichen Einladung)

Termine & Preise

25./26. 02. 2012 10:00–19:00 520,00 €

05./06. 05. 2012 10:00–19:00 520,00 €

Die Preise verstehen sich inklusive Mehrwertsteuer, Unterlagen und Getränken.

Kostenlose Vortrags- und Übungsabende zum Thema Burnout-Prävention:

23.02.2012 19:00–21:30

03.05.2012 19:00–21:30

Anmeldung auf
www.lifebiz.de/Seminare



WWW.LIFEBIZ.DE