Den Berufsalltag mit Freude meistern

Fühlen Sie sich manchmal von dem Berufsalltag stark beansprucht? Wünschen Sie sich Hilfestellung im Umgang mit all den auf sie täglich einströmenden Anforderungen?

Für mehr Lebensqualität im beruflichen Alltag ist sowohl die Analyse der Aufgaben, als auch der persönlichen Bewältigungskompetenzen grundlegend. Werden Sie sich bei der Beschäftigung mit den Herausforderungen des sich wandelnden Berufsalltages, auch ihrer persönlichen Ressourcen aufgrund ihrer Erfahrung bewusst.

Inhalte:

- Ist-Analyse des Berufsalltags
- Reflektieren der eigenen Stärken und Grenzen
- Identifizieren innerer Überzeugungen
- Stressbewältigungs-Strategien

Zielgruppe:	alle die sich den beruflichen Anforderungen neu stellen wollen
Seminarumfang:	Tagesseminar
Termine/Ort:	auf Anfrage

Anmeldung per E-Mail susanne.grenz@levande.de oder gerne auch telefonisch unter 05252/ 971968

sich sorgen nimmt dem Morgen nichts von seinem Leid, aber es raubt dem Heute die Kraft. (Corrie ten Boom)