

Abendveranstaltung im „Im offenen Raum“

Dienstag 6.10.2015

ganzheitlich · sinnvoll · handeln



Burnout – Prophylaxe und Früherkennung

* Eine Anleitung zur Selbsteinschätzung *

Einführende Gedanken

Nicht jeder, der viel arbeitet, kommt ins Burnout oder ist ein Workoholik. Was machen diese Menschen anders? Sie kennen sicherlich auch Situationen, in denen sie sich völlig ausgepowert haben, aber glücklich und zufrieden fühlten? Eine wichtige Grundlage ist die Selbstbeobachtung, die Selbsteinschätzung mit Bewertung und die persönliche Zielsetzung.

Themen

- Analyse des Aufbaus der Killerphrasen
- Versuche, die Hintergründe des Sprechers zu verstehen
- Verschiedene Reaktionsmöglichkeiten und Einschätzung der Wirkung
- Die ganzheitliche Wirkung des „Aktiven Zuhörens“

Methoden	Impulsvorträge mit anschließender Übung, Reflexion und Austausch
Teilnehmerzahl	max. 12 Personen
Termin	Dienstag, den 6.10.2015 von 19.00 bis 21.30 Uhr
Ort	Im offenen Raum * Eingang - Bücher bei Frau Schmitt * Am Stadtbrunnen 3 * 63128 Dietzenbach * 06074/829969
Anmeldung	Bücher bei Frau Schmitt * 06074/829969 oder Gabriele S. Herberger * gsh.herberger@t-online.de * Fax 032229810120 * Fon 01726109318
Bezahlung	Nach Eingang der Gebühr von 30,00 Euro bei der Volksbank Dreieich sind Sie fest angemeldet * Konto IBAN – DE98505922000004890833. Nach Absprache kann auch vor Ort bezahlt werden. Bei Ausfall des Seminars wird Ihnen der Betrag erstattet.

Trainerin: Gabriele S. Herberger

1989-2005 Kommunikationstrainerin (Schulz von Thun, Univ. Hamburg); Psychologin (Humanist. Psychologie, Univ. Bremen); Logotherapeutin (V. Frankl); Lehrtrainerin für Beratung und Moderation; Trainerin für ganzheitliche Methoden und integrale Entspannungsverfahren, Autorin, 1989 Gründung des Beratungszentrums: gsh - ganzheitlich sinnvoll handeln mit den Tätigkeitsschwerpunkten Organisations- und Personalentwicklung im Gesundheitswesen, Führungs- und Teamtrainings, Entwicklung von Methoden- und Beratungskompetenzen, bis 1989 Krankenschwester und Pflegedirektorin, 2005 bis 2014 geschäftsführende Gesellschafterin eines mittelständischen Unternehmens.

Herzlich willkommen

• Gabriele S. Herberger
Lindenstraße 34
63128 Dietzenbach
Tel. +49 [0] 60 74-4 34 95
Fax +49 [0] 60 74-2 46 87
gsh.herberger@t-online.de