



Stress, Krisen und Burnout

Theorie & Praxis

Belastungsbewältigung in Krisensituationen

Krisen sind gefährlich, sie werden als bedrohlich empfunden. Etwas ist aus dem Gleichgewicht geraten. Das verlorengegangene Gleichgewicht wieder herzustellen ist eine der größten Herausforderungen für uns alle in der von Hektik und Druck getriebenen Gesellschaft.

Stress als Belastung empfinden ist so alt wie die Menschheit selbst. Erst langsam wächst aber das Bewusstsein, dass es dieses Belastungsbild auch in den eigenen Reihen gibt und welche Problematik es dauerhaft mit sich bringt. Wie viel Ungleichgewicht können wir aushalten, ohne auseinanderzufallen? Wann wird das Ausmaß an Bedrohlichkeit so groß, dass alle Sicherungen durchbrennen?

Informationsveranstaltung zu

Stress, Krisen und Burnout – diesen unaufhörlichen Kreislauf durchbrechen. Konkrete Maßnahmen auf den Punkt gebracht!

→ **Termin**

nach Absprache

→ **Ort**

Berlin Tempelhof/Mariendorf

→ **Anmeldung/Kontakt**

Mobil 0177 3869 468

Weitere Themen wie:
„Angst und Mut“ oder
„Wenn Stress zur Bedrohung wird“
auf Anfrage

Mario W. Herrmann Dipl.-Ing. und neurosystemischer PCM-MasterCoach

Weitere Informationen unter www.burn-out-berlin.de