



Die Wahrheit über Burnout

Theorie & Praxis

Unwissenheit und Denkfallen

Emotionaler Stress und Ärger sind nicht selten subjektiv und die eigentlichen Auslöser eines Burnouts. Stress und negative Gefühle machen uns krank oder schränken unsere Leistungsfähigkeit stark ein.

Menschen fühlen sich am besten, wenn sie ihr Bestes geben. Und gleichfalls, kann man nur wirklich da gut sein, wo man richtig ist. Jedoch, vieles ist nicht so klar, wie wir es gerne hätten. Dies führt zu Unsicherheit, Druck und unweigerlich zu Leistungseinbruch. Warum aber passiert das? Und wie kann man es vermeiden?

Informationsveranstaltung zu

Stress und Burnout verstehen und das Richtige tun – es kann jeden treffen!

- **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