



Erfolgreiche Stressmanagement Seminare 2019. SEHR GUT in der Kundenzufriedenheit für die offenen Seminare – neue Termine

Von *kompakttraining*

Erstellt am 27 Sep 2019 - 10:38

Die Kompakttraining GmbH & Co. KG ist mit seinen Stressmanagement Schulungen weiter auf der Erfolgsspur. Sowohl das Trainerteam als auch die Kurse wurden nie schlechter als mit der Note 1,5 bewertet – Aktuell: Neuer sicherer Termin in Berlin

Die Stressmanagement Seminare des [Hamburger Weiterbildungsanbieters](#) [1] waren in den ersten drei Quartalen des laufenden Jahres in nahezu allen Metropolen Deutschlands ausgebucht. Daher nun die nächste Chance für diejenigen, die das erfolgreiche Praxisseminar verpasst haben – Führungs- und Nachwuchskräfte eingeschlossen.

Stressmanagement in Berlin – Besseres Selbstmanagement

Gerade im Stressmanagement Seminar „[Stress vermeiden – Stress abbauen – Burn Out verhindern](#)“ [2] bekommen die Teilnehmer am 16. und 17. Oktober 2019 in Berlin wertvolle Hinweise zur Vermeidung emotionaler Erschöpfung und darüber hinaus, wie individuelle Stresssituationen sowohl am Arbeitsplatz als auch im privaten Alltag erkannt werden und passende Gegenmaßnahmen zu ergreifen sind.

Schlechtes Zeitmanagement ist oft der Auslöser für Stress, daher zeigen die Trainerinnen den Teilnehmern das Stressmanagement immer auch ein besseres Selbstmanagement bedeutet, und vermitteln ihnen das Wissen, wie innerer Stress entsteht und welche Rolle die eigene Persönlichkeit und Wahrnehmung auf das individuelle Belastungserleben hat.

Praxisseminare für alle Zielgruppen

Die fest angestellten und akademisch ausgebildeten Stressmanagement-Trainerinnen können auf eine langjährige Erfahrung in nahezu allen Branchen und bei allen Berufs- und Zielgruppen zurückblicken. Die Trainer werden in den offenen Stressmanagement Seminaren keine vorgefertigten PowerPoint-Präsentationen nutzen, sondern individuell auf den Wissenstand und dem gewünschten Lernziel der Teilnehmer – ermittelt durch eine Befragung im Vorlauf des Seminartermins – eingegangen.

Die Teilnehmerinnen erhalten Hinweise, wie Sie Ihre individuellen äußeren und inneren Stressfaktoren erkennen und mit dem passenden Selbstmanagement wieder mehr innere Ruhe sowie eine ausgewogenere Work-Life-Balance erreichen können. Die eigenen Werte, berufliche und private Ziele, die eigenen Ansprüche und gewählten Prioritäten stehen dabei im Fokus.

Bestnoten für Stressmanagement-Trainerinnen

Die bundesweit in den großen Metropolen Deutschlands durchgeführten offenen Stressmanagement Schulungen erfreuen sich großer Beliebtheit und Zufriedenheit bei vielen Unternehmen – Teilnehmer schwärmen: „Das Training hat mir viel gebracht und ich werde sicherlich nicht lange brauchen, um die verschiedenen Hinweise bei mir selbst zu erkennen. Ich werde versuchen die Anregungen in meinen Alltag zu integrieren“ - und die Trainerinnen und die offenen Seminare bekommen durchgehend Bestnoten – immer besser als Note 1,5.



Über Kompakttraining:

Seit über 15 Jahren ist der Business-Seminar-Anbieter aus Hamburg Experte in der kompakten Weiterbildung – speziell für die berufliche Praxis – und gerade in Bereichen Stress-, Selbst- und Zeitmanagement haben die Stressmanagementtrainer in den vergangenen 9 Monaten ausschließlich positive Rückmeldungen der Teilnehmer erhalten.

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 30 Dez 2020 - 22:00): <http://medkom24.eu/node/24304>

Links:

[1] <https://www.kompakttraining.de/>

[2] <https://www.kompakttraining.de/termin/stressmanagement-seminar-seminar-berlin-2019-10-16/>