

## **Dogru Erdal**

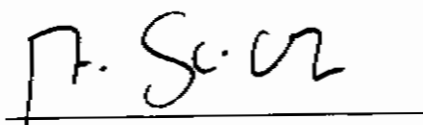
hat am 27.10.2018 und 10.11.2018 das Seminar zum Thema

### **Stressmanagement**

besucht.

#### **Seminarinhalte:**

- Stress – Was ist das?
- Eustress - Distress
- Betriebliche Auslöser von Stress
- Die Auswirkungen von Stress auf körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden
- Individuelle Stress-Analyse
- Kurzfristige Strategien zum Stress-Abbau
- Langfristige Strategien zum Stress-Abbau
- Einzelfallbesprechungen



Andreas Schmidt  
Geschäftsführer

## Christian von Husen

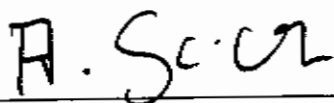
hat am 27.10.2018 und 10.11.2018 das Seminar zum Thema

### **Stressmanagement**

besucht.

#### **Seminarinhalte:**

- Stress – Was ist das?
- Eustress - Distress
- Betriebliche Auslöser von Stress
- Die Auswirkungen von Stress auf körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden
- Individuelle Stress-Analyse
- Kurzfristige Strategien zum Stress-Abbau
- Langfristige Strategien zum Stress-Abbau
- Einzelfallbesprechungen



Andreas Schmidt  
Geschäftsführer

## Dilara Dogru

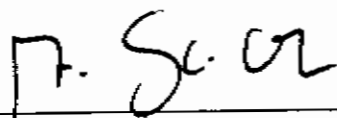
hat am 27.10.2018 und 10.11.2018 das Seminar zum Thema

### **Stressmanagement**

besucht.

#### **Seminarinhalte:**

- Stress – Was ist das?
- Eustress - Distress
- Betriebliche Auslöser von Stress
- Die Auswirkungen von Stress auf körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden
- Individuelle Stress-Analyse
- Kurzfristige Strategien zum Stress-Abbau
- Langfristige Strategien zum Stress-Abbau
- Einzelfallbesprechungen



Andreas Schmidt  
Geschäftsführer

## Sevil Mert

hat am 27.10.2018 und 10.11.2018 das Seminar zum Thema

### **Stressmanagement**

besucht.

#### **Seminarinhalte:**

- Stress – Was ist das?
- Eustress - Distress
- Betriebliche Auslöser von Stress
- Die Auswirkungen von Stress auf körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden
- Individuelle Stress-Analyse
- Kurzfristige Strategien zum Stress-Abbau
- Langfristige Strategien zum Stress-Abbau
- Einzelfallbesprechungen



Andreas Schmidt  
Geschäftsführer

## Baran Demir

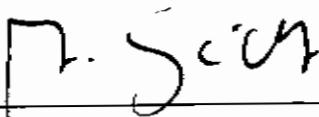
hat am 27.10.2018 und 10.11.2018 das Seminar zum Thema

### **Stressmanagement**

besucht.

#### **Seminarinhalte:**

- Stress – Was ist das?
- Eustress - Distress
- Betriebliche Auslöser von Stress
- Die Auswirkungen von Stress auf körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden
- Individuelle Stress-Analyse
- Kurzfristige Strategien zum Stress-Abbau
- Langfristige Strategien zum Stress-Abbau
- Einzelfallbesprechungen



Andreas Schmidt  
Geschäftsführer

## Iris Müller

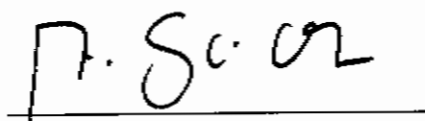
hat am 27.10.2018 und 10.11.2018 das Seminar zum Thema

### **Stressmanagement**

besucht.

#### **Seminarinhalte:**

- Stress – Was ist das?
- Eustress - Distress
- Betriebliche Auslöser von Stress
- Die Auswirkungen von Stress auf körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden
- Individuelle Stress-Analyse
- Kurzfristige Strategien zum Stress-Abbau
- Langfristige Strategien zum Stress-Abbau
- Einzelfallbesprechungen



Andreas Schmidt  
Geschäftsführer