



Andrea Eigel

Diplom-Ökonomin

Lustfaktor Arbeit –

Raus aus dem Hamsterrad

Die Anforderungen im Geschäftsleben sind heute enorm hoch und viele Menschen empfinden Stress. Was können Sie dafür tun, dass nicht der Frust, sondern die Arbeitslust überwiegt?

Inhalte:

- Was macht Lust und Frust am Arbeitsplatz wirklich aus?
- Was ist Stress und wie kann man gut mit ihm umgehen?
- Welche Rolle spielt das Denken für ein positives Arbeitserlebnis?
- Wie schafft man sich Erfolgserlebnisse?

**Die Inhalte sind genau zugeschnitten auf Handwerk und Mittelstand.
Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer erhält griffige Tipps und
Anleitungen, die direkt in den Betriebsalltag umgesetzt werden können.**

