



**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.**

