

Pressemitteilung

Servicebeitrag: Die Glücksformel fürs Office

Tipps für mehr Leichtigkeit und Motivation im Job

Freiburg, 26.08.2014 - Ein notwendiges Übel, die große Erfüllung oder irgendwo zwischendrin – welchen Stellenwert Job und Karriere haben, ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich. Dass Menschen Aufgaben leichter von der Hand gehen, wenn sie sie gern machen, ist eigentlich eine Binsenweisheit. Wege zu finden, sich selbst zu motivieren ist dagegen für viele Menschen alles andere als einfach.

Warum es sich lohnt, an der persönlichen Glücksformel zu arbeiten

Dass es wirksame Maßnahmen und Methoden gibt, um die Anforderungen im Job leichter zu bewältigen, weiß Dr. Sabine von Oesterreich, Referentin des Seminars „Die Glücksformel fürs Office“. Dazu gehört zum Beispiel, sich selbst die richtigen Fragen zu stellen und täglich 3 sogenannte „Glückstipps“ einzuüben. Wer lernt, in stressigen Situationen gelassener zu reagieren, stärkt sich selbst. Der Nutzen: Anstatt zuzulassen, von Schwierigkeiten, Angriffen, Ungerechtigkeiten und Enttäuschungen aus der Bahn geworfen zu werden, lernt man schnell, wieder in Balance zu kommen.

Mehr Informationen zum Seminar <http://www.haufe-akademie.de/54.78>

Zum Fachbeitrag „Die Glücksformel: Tipps für mehr Leichtigkeit und Motivation im Job“ geht’s hier: hf-aka.de/1tnGLzk

Pressekontakt:

Haufe Akademie GmbH & Co. KG

Kerstin Schreck
Pressecenter
Lörracher Str. 9, 79115 Freiburg

Tel: 0761 898-4542
Fax: 0761 898-99-4542
E-Mail: presse@haufe-akademie.de

Pressecenter der Haufe Akademie unter:

<http://www.haufe-akademie.de/presse>

Infos, News und Ihre Meinung: Vernetzen Sie sich mit uns auf

<http://www.haufe-akademie.de/googleplus>

<http://www.haufe-akademie.de/facebook>

<http://www.haufe-akademie.de/xing>

<http://www.haufe-akademie.de/twitter>

<http://www.haufe-akademie.de/youtube>

Über die Haufe Akademie

Die Haufe Akademie ist einer der führenden Anbieter für Qualifizierung und Entwicklung von Menschen und Unternehmen im deutschsprachigen Raum. Passgenaue Lösungen, einzigartige Services, höchste Beratungskompetenz und individuelle Qualifizierung vereinfachen den Erwerb von Fähigkeiten und erleichtern nachhaltige Entwicklungen. Maßgeschneiderte Unternehmenslösungen, ein breites e-Learning Portfolio, Managed Training Services und Consulting unterstützen HR-Verantwortliche und Entscheider bei der Zukunftsgestaltung für Unternehmen. Mehr Kompetenz für Fach- und Führungskräfte ermöglicht ein umfangreiches Angebot an Seminaren, Qualifizierungsprogrammen, Lehrgängen, Tagungen und Kongressen. 2013 führte die Haufe Akademie über 1.600 firmeninterne Qualifizierungsmaßnahmen für Unternehmen aller Branchen sowie 3.200 Veranstaltungstermine zu rund 690 unterschiedlichen betrieblichen Themen in bundesweit 65 Städten durch. Rund 63.000 Teilnehmer setzten in diesem Jahr bei ihrer Weiterentwicklung auf die Kompetenz und Erfahrung der Haufe Akademie, die seit 1978 am Markt ist. Die Haufe Akademie ist ein Unternehmen der Haufe Gruppe. <http://www.haufe-akademie.de>