

Burn out Check-up mit Quantec®

Burn out Signale frühzeitig erkennen

Raus aus der Anonymität – Nutzen Sie Ihre Chance für mehr Balance und Erfolg

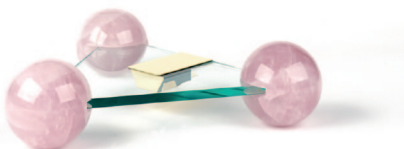
Sie leiden unter Konzentrationsschwierigkeiten und fühlen Sie sich körperlich und emotional erschöpft. Die Fähigkeit sich zu entspannen und zu erholen haben Sie verlernt. Sie haben ständig das Gefühl Ihren Zielen oder Aufgaben nicht mehr gerecht zu werden und sind daher unzufrieden mit Ihrer Situation. Sie missachten Ihre eigenen Bedürfnisse, um eine weitere Effizienzsteigerung zu bewirken, obwohl dies gar nicht mehr möglich ist.

Sobald Ihnen Ihre Situation tatsächlich bewusst ist, können Sie auch gezielt gegensteuern und ein Leben in innerer Zufriedenheit und Balance zu führen. Sie werde mit Ihren Belastungssituationen besser umgehen können und ihre Ressourcen so nutzen, dass Sie mit sich und Ihrem Umfeld im Einklang sind. Sie sind somit in der Lage den Symptomen des burn out erfolgreich entgegen zu treten.

„Balance ist das Bindeglied zum Erfolg“

Sabine Oberhardt, vielseitige und charismatische Powerfrau, gehört durch ihre langjährige Coachingerfahrung und weit über 250 Seminaren oder Coachings im Jahr zu den gefragtesten Trainern im Bereich des Vertriebs- und Führungskräfte-Coaching. Mit Ihrem einzigartigen Trainings- und Coachingstil, der durch emotionale Intelligenz und absolute Zielorientierung geprägt ist, begeisterte und überzeugte sie bislang über 50.000 Teilnehmer/-innen. Ihre Methoden gehen außergewöhnliche Wege und sind durch eine Verbindung zwischen gelebtem Expertenwissen, traditionellen Praktiken und neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen geprägt. Die Vermittlung ihres Wissens erfolgt individuell, maßgeschneidert auf die Bedürfnisse der Teilnehmer und bietet praxisnahe Lösungen an. Durch ihre authentische und motivierende Art erreicht sie ihre Teilnehmer dabei emotional und erzielt einen dauerhaften Trainingserfolg.

Sabine Oberhardt ist
Member of Quantec Consulting





„Nur jemand, der einmal entflammt war, kann auch ausbrennen!“

Pines, Aronson & Kafry, 1985

Adressaten:

An Alle die an Erschöpfungszuständen und innerer Unruhe leiden.

Ansatzpunkte:

Wenn Sie diese Symptome auch nur im Ansatz verspüren, dann ist es Zeit zu handeln.

Diese Symptome können durch berufliche oder familiäre Belastungen, Vertrauensverlust, oder auch zu wenig Anerkennung, sowie durch innere Faktoren wie höchste Erwartungen an sich selbst verursacht und durch Stress ausgelöst werden. Ein daraus resultierender Burn out ist meist nicht das Ergebnis einer einzigen Ursache, sondern entsteht durch die Kombination verschiedenster Kriterien.

Sie sind nicht allein, ein Burn out kann jeden treffen.

„Schalke“ Trainer Rangnick hat sich kürzlich geäußert: „Mein derzeitiges Energielevel reicht nicht aus, um erfolgreich zu sein und insbesondere die Mannschaft und den Verein in ihrer sportlichen Entwicklung voranzubringen.“ „Nach langer und reiflicher Überlegung bin ich zum Entschluss gekommen, dass ich eine Pause brauche.“ Respekt vor diesem Mann, der die Notbremse zieht und bekennt, dass er seine derzeitige Grenze erreicht hat.

Erkennen auch Sie Ihre Grenzen, bevor deren dauerhafte Überschreitungen Sie krank machen.

Benefit:

Ergreifen Sie die Initiative, bevor sich bei Ihnen ein Burn out manifestiert. Sie erhalten einen Burn out Check-up mit Quantec[®], bei dem sie konkret erkennen und lernen werden, wie Sie wieder in Ihre Balance kommen.

Inhalt des Burn out Checks:

- Quantec[®]-Analyse und Anwendung
- Die Phasen des Burn out
- Entdecken Sie die Ursachen des Burn out
- Aufdecken Ihrer persönlichen Belastungssituationen
- Was blockiert Ihren Energiefluss
- Erkennen der eigenen Glaubenssätze in Bezug auf Ihre Belastungssituationen
- Entdecken Sie die Energie für Lebensbereiche die Ihnen gut tun
- Auswertungsgespräch und Maßnahmenplan

Ihr Nutzen:

- Sie erhalten Antworten auf die Frage, ob und in welcher Phase Sie von einem Burn out betroffen sind.
- Sie erhalten eine individuelle Auswertung, die mit der instrumentellen Biokommunikation erstellt wird.
- Sie erlernen Strategien um erfolgreich mit der momentanen Situation umzugehen.
- Sie erkennen Ihre Ressourcen und erarbeiten einen gezielten Maßnahmenplan, den Sie umsetzen können.

Ja, hiermit melde ich mich verbindlich zu **einem individuellen Burn out Check-up** incl. Analyse, Auswertung, Besprechung zum **Preis von 180,- Euro** (zzgl. MwSt.) p.P.

Termine: Nur nach Vereinbarung

Preis: Burn out Check up mit Quantec[®], incl. Analyse, Auswertung, Besprechung 180,- Euro zzgl. MwSt.

Auf Wunsch Ausgleich durch monatliche Aktivierung für 35,- Euro zzgl. MwSt.

Organisation:

Sabine Oberhardt GmbH & Co. KG
Frau Steffi Fritz
Tulpenstraße 22
D-74363 Güglingen
success@sabineoberhardt.com
www.sabineoberhardt.com
Fon +49 (0) 7135 96 11 60
Fax +49 (0) 7135 96 11 49

Name, Vorname

Telefon

Straße, Hausnummer

E-Mail-Adresse

PLZ, Ort

Datum, Unterschrift

Bitte überweisen Sie den Betrag auf das Konto 18127088 bei der Volksbank Brackenheim-Güglingen eG BLZ 620 914 00.