

Geplanter Programmablauf:

- 09.00 Uhr Ankommen mit Stehkaffee
- 09.15 Uhr Infos, Vorstellungsrunde
Thema Stress, Input und Blick auf die eigene Person
Thema Konflikt, Input und eigenes Konfliktverhalten
- 12.30 Uhr Mittagspause
- 13.15 Uhr Inhaltliche Fortsetzung
Erarbeitung von Lösungen mit praktischen Übungen
- 16.00 Uhr Seminarende

Anmeldung:

Bitte nutzen Sie für die Anmeldung das Formular auf der Homepage: www.dietmar-stalder-coaching.de
Der Seminarplatz ist erst nach Zahlung der Teilnahmegebühr von 70,00 € fest gebucht.

Leistungen:

In der Teilnahmegebühr enthalten sind alle Seminarunterlagen, Tagungsgetränke und ein Mittagsimbiss.

Veranstaltungsort:

ZEN 4 im GGK (Gewerbe- Gründerzentrum Kalkar)
Industriepark 4
47546 Kalkar (Gewerbegebiet Kehrum)
www.zen-4.de

Veranstalter:

Dietmar Stalder Coaching
Westring 91, 47574 Goch
02823 3279642
www.dietmar-stalder-coaching.de
kontakt@dietmar-stalder-coaching.de



Die Stress- Konflikt -Falle

Muss das sein?

Raus aus dem Teufelskreis!

10. November 2018
9.00 – 16.00 Uhr
Zen 4, Kalkar

**Alle reden heute über Stress.
Jeder hat ihn.
Wer nicht genügend Stress
hat, der leistet auch nichts.
Stress gehört heute zum
Leben.
Privat und im Beruf.**

**Stress verursacht Konflikte,
ganz sicher.
In meinen Konflikten muss
ich der Gewinner sein.
Nur nicht nachgeben.**

**Konflikte verursachen Stress
Wenn ich meinen Konflikt
gewinne, habe ich weniger
Stress.
Verlieren bringt Stress.
Gewinnen ist auch stressig.**

**Stress bringt Konflikte.
Nur keine Schwäche zeigen.**

**Ach,
da war ich doch schon mal ...**

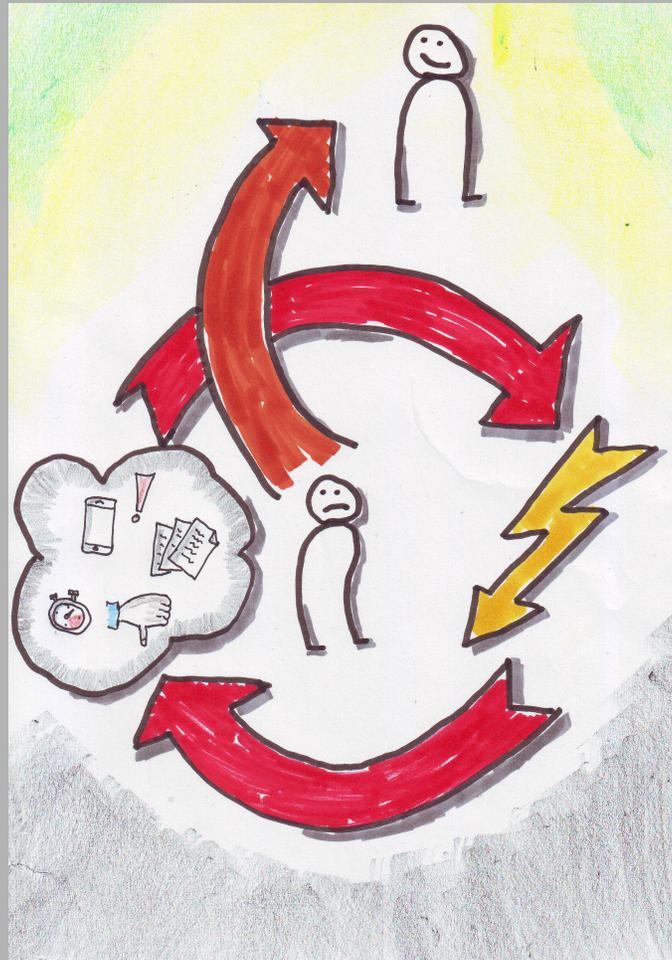
Referenten

Dietmar Stalder

Personal- und
Businesscoach
(DFC-zertifiziert)

Ingrid Stalder

Präventions- und
Gesundheits-
beraterin



Woher kommt unser Stress?
Ist Stress immer schlecht?
Gibt es ein Leben ohne Stress?

Woher kommen Konflikte?
Ist ein Konflikt immer
schlecht?
Konfliktfreies Leben?

Muss Stress im Konflikt enden?
Und umgekehrt?

Wie gehen wir mit
Stress und Konflikten um?

Im Seminar wollen wir
uns mit genau diesen
Fragen beschäftigen.

Gemeinsam suchen wir
nach Lösungen und
probieren diese aus.

**Durchbrechen wir gemeinsam den
Teufelskreis von Stress und Konflikt**