

Presse-Information

Arbeitsbelastung meistern wie Top-Manager

Neues Konzept um Beruf und Privatleben erfolgreich in Einklang zu bringen.

Düsseldorf, 11. April 2006 - Die zunehmende Belastung am Arbeitsplatz zwingt Menschen zu mehr Einsatz und Leistung. Häufige Folgen sind Anspannung, Stress, Erschöpfung, psychische und körperliche Beschwerden. Eine von der DAK in Auftrag gegebene Studie aus dem Jahr 2005 ermittelte eine deutliche Zunahme der Krankschreibungen aufgrund psychischer Beschwerden, deren Ursache man in zunehmender Arbeitsplatzunsicherheit und verstärktem Leistungsdruck vermutet.

Zu einer gesunden Lebensführung und einer souveränen Distanz zum Berufsalltag zu finden, kann man lernen. Das funktioniert, indem man wie erfolgreiche Manager und Unternehmer autonom und selbstverantwortlich mit seinen Ressourcen umgeht. Aber wie schafft man das? Bernhard Juchniewicz und Dr. med. Manfred Nelting, Präsident und Vize-Präsident der European Coaching Association, bieten ein neues Konzept an, um die berufliche und private Lebensqualität zu verbessern. Es bezieht die gesamte Lebenssituation (auch Partnerschaft und Familie) mit ein. Coach und Klient begegnen sich auf Augenhöhe. In Gesprächen werden Lösungen für das individuelle Selbstmanagement erarbeitet. Im Coaching lernt der Klient, dauerhaft und selbstbewusst seine Ziele zu realisieren und Beruf und Gesundheit in die Balance zu bringen. Er soll der selbstbewusste und erfolgreiche Chef seines Lebens werden. So wie es Topmanagern auch gelingt. Bernhard Juchniewicz und Dr. med. Manfred Nelting beraten seit Jahrzehnten Konzerne und führende Mitarbeiter von Unternehmen.

Bernhard Juchniewicz ist Präsident der European Coaching Association. Er arbeitet seit 1976 mit Menschen in besonders belastenden Arbeits- und Lebenssituationen. Als Management-Lehr-Coach berät er Führungskräfte und Teams in Unternehmen, insbesondere in den Bereichen Krisenintervention, Selbstmanagement sowie Burnout- und Workaholic-Prävention, Teamleading, Unternehmensvision und Beziehungsmanagement. (Weitere Infos zur Person unter <http://www.eca-presse.eu/vita.bernhard.juchniewicz.htm>)

Dr. med. Manfred Nelting ist Vize-Präsident der European Coaching Association. Er ist Mitgründer der ersten deutschen Tinnitus-Klinik (1992) und gründete und leitet seit 2004 die Gezeiten Haus Klinik / Akademie in Bonn-Bad Godesberg. Dort entwickelt er westliche und fernöstliche Methoden zu einem integrativen Ansatz unter dem besonderen Aspekt der Vermittlung eines ganzheitlichen Gesundheitsbewußtseins. (Weitere Infos zur Person unter <http://www.eca-presse.eu/vita.manfred.nelting.htm>)

Die **European Coaching Association (ECA)** ist ein Berufsverband professioneller Coaches. Der Berufsverband engagiert sich besonders für die Aus- und Weiterbildung von Coaches und für die Entwicklung von Qualitätsstandards im Coachingbereich. Die ECA ist langjähriger Partner von mittelständischen Unternehmen und Großkonzernen.

<http://www.european-coaching-association.com>

Haben Sie Fragen, wünschen Sie einen Gesprächstermin oder ein Interview? Wenden Sie sich bitte an die:

Pressestelle der European Coaching Association (ECA),
Steinstr. 23
40210 Düsseldorf.
Telefon: 0211/323106
Mobil: 0171/4061033
Fax: 0211/328732
E-Mail: info@eca-presse.eu