

**DO, 27. SEPTEMBER 2018, 18.30 UHR**  
**DAS STEHAUFMÄNNCHEN-PRINZIP**



**Vom gesunden Umgang mit Herausforderungen**

Jeder von uns reagiert auf Lebenskrisen und Belastungen anders. Studien zeigen ganz gravierende Unterschiede, wie Menschen den Herausforderungen des Alltags begegnen.

Resilienz ist die Fähigkeit jedes Einzelnen auf Widrigkeiten zu reagieren. Was zeichnet nun diese resilienten Menschen aus? Jeder Dritte reagiert auf die Belastungen im Leben anders und sieht darin eine Chance, aus einer Lebenskrise gestärkt herauszugehen.

Sie erfahren in dem Vortrag, was widerstandsfähige Persönlichkeiten speziell auszeichnet und was ihnen Hoffnung gibt, wie Sie persönlich sich diese Attribute zu Nutze machen können und welche Möglichkeiten es in Unternehmen zur Umsetzung gibt.

**ANDREA SCHRENK**, BEd MSc, BEd MSc ist Pädagogin, Trainerin, Akademischer Coach, Lektorin und Organisationsentwicklerin. Mit Leidenschaft ist sie in den Schwerpunkten Kommunikation & Konfliktmanagement, Teambuilding, OE, Resilienz, Selbstmanagement und Coping tätig.

**DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG**

Ort: Kärntner Straße 26 (Marco-d'Aviano-Gasse 1), 1010 Wien