



Liebe Coaching-Interessierte,

In dieser Ausgabe finden Sie Infos zu einer neuen „Akademie der Muße“ in Gräfelfing, dazu passend aktuelle Zahlen zu Arbeitszeiten der Deutschen und außerdem bekommen Sie wie immer die Terminvorschau und Link- bzw. Büchertipps.

Alles Gute und viele Muße-Stunden wünscht Ihnen
Ihr persönlicher Karriere-Coach

P.S.: Ein herzliches Willkommen an alle neuen Leserinnen und Leser meines Karriere Newsletters. In jeder neuen Ausgabe finden Sie wertvolle Infos und Handwerkszeug von mir, um sich beruflich weiterzuentwickeln. Gerne können Sie mir auch Ihr Feedback oder Anregungen zusenden.

NEUE „AKADEMIE DER MUßE“ IN GRÄFELFING BEI MÜNCHEN

Viele Menschen leiden unter der zunehmenden Beschleunigung unseres Lebens. Gleichzeitig sehnen sie sich danach, ein achtsames, gelingendes und erfülltes Leben zu führen, das in heiterer Gelassenheit die vielfältigen Anforderungen des beruflichen und privaten Alltags zu integrieren versteht.

Es gilt, wieder zur Muße zu finden, denn diese hat die abendländische Kultur genauso geprägt, wie das hohe Arbeitsethos, dem der moderne Mensch verpflichtet ist. Die rechte Balance zwischen beidem zu finden, ist eine wichtige Aufgabe heutiger Lebensgestaltung.

Die Akademie der Muße leistet in Kursen, Seminaren und Vorträgen Hilfestellung zur Entschleunigung. Sie hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Traditionen verschiedener Kulturen und Religionen für die Lebensgestaltung in unserer heutigen Zeit fruchtbar zu machen.

Die Palette der Angebote reicht von „Tagen des Innehaltens“ über Kurse mit philosophischen, systemtheoretischen, spirituellen und neurobiologischen Themen bis zu Seminaren zum Erlernen der Fähigkeit, achtsam zu kommunizieren, um Beziehungen gut zu gestalten, Trennungen zu meistern und Neuanfänge zu wagen. Ganz pragmatisch wollen sie helfen, das „burn-out-Syndrom“ zu vermeiden. Es gibt Angebote, die sich speziell an Führungskräfte richten, aber auch solche an alle Menschen, die Achtsamkeit für ihr Leben (zurück-) gewinnen wollen. Diverse Achtsamkeitsübungen gehören zur Konstante aller Veranstaltungen.

Hier erfahren Sie mehr: www.akademie-der-musse.de

DIE DEUTSCHEN ARBEITEN MEHR 2012

Trotz schwacher Wirtschaftsentwicklung ist im vergangenen Jahr soviel gearbeitet worden, wie seit 1994 nicht mehr. Das errechnete das IAB-Forschungsinstitut der Bundesagentur für Arbeit. 41,6 Millionen Erwerbstätige arbeiteten 58,1 Milliarden Arbeitsstunden. Der Krankenstand ging zurück: von 3,78 % in 2011 auf 3,59 % in 2012 – das entspricht 9 Arbeitstagen.

Mehr Infos finden Sie hier: <http://www.iab.de/177/section.aspx/Jahrgang/2013>

TERMINVORSCHAU

02. Mai 2013 Infotag in München

Die International School of Management bietet verschiedene berufsbegleitende Studiengänge an wie z.B. B.A. Business Administration, M.A. Management oder MBA General Management.

<http://www.ism.de>

08. Mai – 12. Mai 2013 Tage des Innehaltens (Retreat für Führungskräfte)

Ziel dieses Seminars ist das Wiederentdecken und Sammeln der inneren Kräfte und Ressourcen, welche durch unseren Alltag und Stress oft so überdeckt sind, dass wir „nur noch funktionieren“. Innehalten, Spüren und Wahrnehmen erschließen wieder die Kraft des jeweiligen Augenblicks und setzen Ressourcen frei, die uns die beruflichen Herausforderungen aus einer inneren Perspektive betrachten lassen.

Mehr Infos unter: <http://www.akademie-der-musse.de/termine/event-abc/>

BUCHTIPP

„Durchstarten zum Traumjob“ von Richard Nelson Bolles

Wer einen Job haben will, der den persönlichen Interessen und Fähigkeiten entspricht, sollte sich bei der Jobsuche nicht ausschließlich auf die herkömmlichen Regeln verlassen. Anstatt die Frage zu stellen, ob man den Anforderungen des potenziellen Arbeitgebers genügt, sollte man gezielt nach den Jobs suchen, die die Verwirklichung der eigenen Bedürfnisse und Fähigkeiten garantieren. Richard Nelson Bolles betrachtet die Arbeitssuche als einen Teil der Lebensplanung. Er hat einen umfassenden Ansatz entwickelt, der Motivation und Jobsuche, Selbstfindung und Berufsplanung eng miteinander verknüpft. Denn gleich ob Berufsanfänger oder Karrierewechseler - zunächst muss man seine Fähigkeiten erkennen und sich darüber klar werden, wie diese konkret eingesetzt werden können. Nur so gelingt es, sich dem Arbeitgeber als potenzieller Problemlöser zu präsentieren und zu überzeugen.

Ich wünsche schöne Zeit und viel Spaß beim Lesen.
Ihr persönlicher Karrierecoach

Coachingraum: Freiraum / MindSYSTEMS | Saarstraße 5, 80797 München
Tel 089/12700496 | Mobil 0171/7229660 | Fax 089/12700497

info@beratung-overbeck.de | www.beratung-overbeck.de

Weitere Profile im Web:



Dieser E-Mail-Newsletter ist ein kostenloses Service-Angebot für Kunden und Interessenten von Astrid Overbeck, Personalberatung, Interimsmanagement & Coaching. Eine Gewähr oder Haftung für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Verwendung der zur Verfügung gestellten Informationen wird nicht übernommen. Sie möchten den E-Mail-Newsletter weiterempfehlen? Vielen Dank! Darüber freuen wir uns. Sie möchten den E-Mail-Newsletter auch erhalten? Hier anmelden: info@beratung-overbeck.de Ihre E-Mail -Adresse ändert sich oder Sie wollen den Newsletter nicht erhalten? Bitte Mail an info@beratung-overbeck.de.