

Effektive Hilfe bei Stress und Burnout

Effective stress and burnout relief

Stress kann krank machen. Schätzungen zufolge erlebt jeder fünfte deutsche Erwerbstätige burnout-ähnliche Phasen. Leistungseinbruch, Schlafstörungen, Verspannungen, Konzentrations- und Antriebslosigkeit, Vergesslichkeit und emotionale Gereiztheit können mögliche Symptome sein. Hilfe bei andauernder Belastung bietet Neuroimagination® – eine wissenschaftliche Coaching-Methode, die das Fuldaer Unternehmen DAWE Coaching & Training exklusiv in Nordhessen anbietet. Im Jahr 2008 gründete Nicole Dawe die Firma als Akademie für Weiterbildung. Seitdem bietet sie eine Vielzahl von hochwertigen Qualifizierungsmaßnahmen in den Bereichen Vertrieb und Marketing, Führung und Personalmanagement an. Zudem gehören Resilienz-Schulungen, Trainerkurse sowie die Beratung von Unternehmen und individuelle Einzel-Coachings zum Leistungsangebot.

Neuroimagination®

Aus eigener Erfahrung weiß Nicole Dawe, wie sich Dauerstress auf Körper und Seele auswirken kann. „Vor einigen Jahren war ich selbst nah an einem Burnout. Neuroimagination® half mir damals innerhalb kürzester Zeit“, erzählt sie. Überzeugt von der positiven Wirkungsweise entschloss

sie sich, die Methode auch in ihr eigenes Unternehmen einzubringen. Nicole Dawe absolvierte eine zweieinhalbjährige, vom Deutschen Bundesverband Coaching e.V. (DBVC) anerkannte Ausbildung zum lizenzierten Neuroimagination-/GKT-Coach®. Doch wie wirkt die Methode, die gezielt Einfluss auf die Hormonproduktion nimmt und schon nach wenigen Sitzungen deutliche Erfolge bringt? „Bei anhaltendem Stress oder nach einem traumatisierenden Erlebnis kann das Gehirn Erlebnisse nicht mehr richtig verarbeiten“, erklärt die Expertin. Neuroimagination® helfe den Klienten, buchstäblich wieder klar zu denken und zurück zur Kraft zu finden.

Die neurosystemisch-lösungsorientierte Arbeit verbindet Erkenntnisse und Forschungsergebnisse der Neurobiologie, Stressforschung und Psychotraumatologie. Neuroimagination® ist übrigens nicht nur bei einem drohenden Burnout sinnvoll: Auch bei beruflichen oder persönlichen Herausforderungen, Entscheidungsschwierigkeiten, nach Unfällen oder bei Kommunikations- und Schlafstörungen oder für Unternehmen im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) ist die erwiesenen wirksame Methode hilfreich.

PDF

Facts and Figures

Phases of stress are basically not that bad. Chronic stress can make you ill. According to estimates, every fifth German employee goes through phases that resemble burnout. A deteriorating performance, insomnia or forgetfulness can all be potential symptoms. Permanent stress can be relieved by Neuroimagination® – a scientific coaching method. The Fulda-based company DAWE Coaching & Training is the only company in northern Hesse to practice this method.

Its owner Nicole Dawe knows from experience how physically and mentally harmful permanent stress can be. “A few years ago, I was close to a burnout. Neuroimagination® helped me,” she says. Impressed by its positive effects, she decided to use this technique in her own company. Nicole Dawe completed a training course to become a qualified Neuroimagination/GKT Coach®; this qualification is officially recognised by the DBVC – German Federal Association of Executive Coaching.

So how does this proven and successful method work? “When we are permanently stressed or have experienced a traumatic event, our brain can no longer cope properly,” the expert explains. She goes on to say that Neuroimagination® literally helps us to think clearly again, and to regain our strength. The solution-oriented neuro-systemic training combines knowledge with research results of the fields of Neurobiology, stress research, and psychotraumatology.



Kontakt / Contact:

DAWE Coaching & Training
 Inh. Nicole Dawe
 Akademie für Weiterbildung
 Diemelweg 2
 34277 Fuldaerbrück
 ☎ 05 61 / 56 01 15 50
www.dawe-training.de



Coacht unter anderem Menschen mit Burnout: Nicole Dawe

Coaches people suffering from burnout, for example: Nicole Dawe

Photo: De Filippo

DAWE Coaching & Training

Ihr Stück zum Erfolg!



Wir bieten für Privatpersonen und Unternehmen, auch für das betriebliche Gesundheitsmanagement, Kurse, Coachings & Beratung in folgenden Bereichen an:

Vertrieb & Marketing – Trainerausbildung & Bildungsmanagement – Stress und Resilienz – Führung & Personalmanagement – Persönlichkeitsentwicklung – Lean Six Sigma

Die Durchführung erfolgt als offene Kurse sowie maßgeschneiderte Inhouse-Trainings und individuelle Coachings. Eine Förderung durch die Agentur für Arbeit mit Bildungsgutschein ist auch möglich.

Unsere IHK-zertifizierten Kurse (modular, inhouse und als Abendkurs) sind:

Key Account Manager

- Auswahl und Bewertung von Schlüsselkunden
- Erstellen eines Key-Account-Plans
- Anwendung und Umsetzung von Strategiewerkzeugen

Sales & Marketing Manager

- Vertriebs- und Kundenmanagement
- Verhandlungstechniken & professionelle Akquise
- Prozessverbesserung in Vertrieb und Marketing mit Lean Six Sigma

Leadership Professional

- Planung, Organisation und Durchführung von Mitarbeitergesprächen
- Personalplanung, -politik und -management
- Führungsaufgaben und -instrumente

Viele weitere Kurse als auch die aktuellen Termine finden Sie auf unserer Internetseite www.dawe-training.de

Ihre Vorteile:

- Präsenzunterricht
- Gehirngerechtes Lernen mit Neuroimagination®
- Modulare Kurse
- Neurosystemisch-lösungsorientiertes Coaching
- IHK-Zertifikate

Exklusiv bei uns:

Stresskompetenz und Gesundheitsprävention mit Neuroimagination®

Bei der Methode geht es darum, die körpereigenen Abwehr- und Regenerationsmechanismen sowie das Immunsystem zu aktivieren und blockierte Ressourcen freizusetzen, Kräfte zu entfalten, Stressspeicher aufzulösen und die Resilienz zu stärken. Neuroimagination beeinflusst die Bewertung von Informationen und stellt das Zusammenspiel von Gehirn, Nerven-, Hormon- und Immunsystem wieder her. Ob körperliche oder psychosomatische Beschwerden, bei Leistungsabfall, Stress und Stressfolgen werden Angebote für Sie individuell konzipiert - damit Sie schnell und sicher in Ihre ursprüngliche Kraft zurück finden. Die Methode lässt sich leicht in den Alltag integrieren, sodass das Coaching ein langanhaltendes Ergebnis mit sich bringt.

Typische Anlässe für ein Coaching sind:

- Leistungsabfall, Burn-Out
- Körperliche und psychische Beschwerden
- Traumata
- Unfallverarbeitung, Schleudertrauma
- Work-Life-Balance
- Gesundheitsprävention
- Berufliche und persönliche Herausforderungen
- Veränderungsimpulse



DAWE Coaching & Training

Akademie für Weiterbildung – Inh. Nicole Dawe
Diemelweg 2, 34277 Fuldabrück, ☎ 05 61 / 56 01 15 50

www.dawe-training.de