

Horst Kraemer Coaching und Brainjoin Akademie

Kein Stress mit dem Stress

Kein Stress mit dem Stress: Nach diesem Motto führt Horst Kraemer als Leiter der Brainjoin Akademie seit über zehn Jahren gezielte Seminare, Coachings und Intensivworkshops in Unternehmen und für Einzelpersonen durch. Im Interview mit Horst Kraemer.

Herr Kraemer, Sie sind Sen. Coach DBVC, Supervisor, Fachautor, gefragter Keynote Speaker und gelten als Experte für Stressprävention. Seit vielen Jahren, genauer gesagt seit 1982, beschäftigen Sie sich intensiv mit den Themen Stress, Burn-out, Trauma und Gewalt. Was hat sich seitdem verändert?

Verändert haben sich die Zahlen der Ausfalltage, diese Steigerung ist für viele Branchen schon fast existenziell geworden, höchste Zeit also proaktiv zu reagieren. Verändert und weiterentwickelt hat sich definitiv die Methodik, mit diesen Faktoren umzugehen und Firmen und Privatpersonen für die Thematik zu sensibilisieren und zu schulen. Das war auch der Grund, weshalb ich Anfang 1996 das wissenschaftliche IPAS Institut gegründet habe. Als Leiter dieses interdisziplinären Forschungsinstituts kam ich zur intensiven Auseinandersetzung mit den neusten Ergebnissen der Hirn- und Stressforschung und integrierte

diese neurobiologischen Erkenntnisse konsequent in die Coachingarbeit.

Wie wird Coaching zur Stressprävention zielführend eingesetzt?

Stressbedingte Krankheiten sind bekanntermassen ein hoher Kostenfaktor u.a. auch durch den Verlust von Leistungs- und Wissensträgern, höhere Fehlerquoten und Ineffizienz. Sie beeinflussen aber auch nachhaltig das private Umfeld. Umso wichtiger wird es, sich mit den Grundlagen der Stressforschung, Präventionsansätzen und bewährten Coaching-Methoden auseinanderzusetzen. Die Methode der Neuroimagination® hat sich hier im Gesamtsystem hervorragend bewährt, so dass wir sie in den Ausbildungen zum zertifizierten Coach gezielt einsetzen.

Wie kann man sich per Coaching fürs Gesundheitsmanagement und Kommunikations-/Führungsaufgaben gezielt weiterbilden?



Weiterführende Literatur: Kösel Verlag, Horst Kraemer, Soforthilfe bei Stress und Burn-out

Gezielte Weiterbildung bedeutet Kosten senken und präventiv aktiv sein. Unsere Teilnehmer kommen aus den verschiedenen Berufsgruppen wie dem Bildungs- und Gesundheitsbereich, aus Fachbereichen wie Kommunikation/Marketing/Vertrieb/Personalmanagement bis hin zu Coaches und Führungskräften – sie erlernen zusätzlich zur Coaching-Kompetenz die Methode Neuroimagination®. Damit sind sie gut gerüstet, um in Belastungs- und Extremsituationen zu unterstützen und Ziele auch unter schwierigen Bedingungen zu erreichen. In 2013 starten über die Brainjoin Akademie wieder zahlreiche Intensivcoachings sowie die DBVC anerkannte, berufsbegleitende Weiterbildung zum Neuroiminations-Coach® in Zürich.



Horst Kraemer
Sen. Coach DBVC,
Leiter der Brainjoin
Akademie in Zürich
und Hamburg

HORST.KRAEMER
COACHING

**Horst Kraemer Coaching und
Brainjoin Akademie**

Limmatquai 112

8001 Zürich

Tel.: +41 43 268 50 53

www.horstkraemer-coaching.ch

www.brainjoin-akademie.ch

INFORMATIONEN

- Anforderung des Stressprofils zur Analyse über presse@brainjoin.com
- Der 16. Ausbildungsjahrgang startet am 24. April 2013 in Zürich
- Nächster Intensivcoaching-Termin im Toggenburg: 17.–19. April 2013
Termine: www.horstkraemer-coaching.ch