

Referentin Sylvia Bieber zu Gast

UnternehmerFrauen im Handwerk Aschaffenburg: »Angst und die Wirkung auf Körper, Geist und Seele«

ASCHAFFENBURG. Referentin Sylvia Bieber (Coach, Seminarleiterin, Buchautorin, freie Journalistin und Hobby-Fotografin) beleuchtete das Thema: »Angst und die Wirkung auf Körper, Geist und Seele« bei den UnternehmerFrauen im Handwerk Aschaffenburg.

Wer kennt das nicht – eine ungewohnte Situation, viele fremde Menschen, eine neue Arbeitsstelle oder das Sprechen vor einer großen Gruppe? Angst durchströmt den Körper. Angst ist ein Gefühl, dass sich bei tatsächlicher Gefahr ebenso einstellt, wie bei fantasiierter. Da Sylvia Bieber ganzheitlich arbeitet, fließt das Wissen über Körper, Geist und Seele ineinander. Insofern referierte sie über die Auswirkungen von Angst auf alle drei Ebenen. Je besser wir verstehen, wie Körper, Seele und Geist zusammenspielen, umso leichter können wir uns auf angstbesetzte Situation einstellen und diese bewältigen.

Coaching-Wissen

Seit über zwanzig Jahren gibt Sylvia Bieber ihr Coaching-Wis-



Referentin Sylvia Bieber inmitten der UFH Aschaffenburg.

Foto: UnternehmerFrauen im Handwerk

sen in einer Coaching-Ausbildung an andere Menschen weiter.

Herzlichen Dank, liebe Sylvia, für diesen informativen und

nachhaltigen Workshop! Wir sind sehr glücklich, dass du bei uns UFH Aschaffenburg bist!

Die UnternehmerFrauen im Handwerk treffen sich monatlich

am ersten Dienstag im Hotel Wilder Mann. *Maria Bergmann*

 **Nähere Infos unten:** www.undernehmerfrauen-bayern.de/aschaffenburg/