

Mobbing oder Überforderung, Versagensangst oder Konfliktscheu – berufstypische Ängste können wir in den Griff bekommen. Ob wir nun zum sozialen, Erkenntnis- oder Ordnungsstrukturtyp gehören, es gibt für jeden Persönlichkeitstyp passende Strategien, um mit den eigenen Ängsten umzugehen. Wie man seine Ängste einordnet, Ressourcen aufbaut und einen Umgang mit der Situation findet, schildert Ruth Enzler Denzler mit großem Gespür für das sensible Thema.

Ruth Enzler Denzler ist Psychologin, systemische Organisationsberaterin, Supervisorin und Coach. Nach Studien in Jura und Psychologie promovierte sie in Psychopathologie. Sie führt ihr eigenes Unternehmen Psylance AG, Ressourcen Management & Coaching. Mehr Informationen unter: www.psylance.ch