

HÖCHSTLEISTUNGEN ERZIELEN – ABER NUR IN EMOTIONALER BALANCE

Der Wirtschaftsrat zu Gast bei der Nordakademie

Auf Einladung der Nordakademie Graduate School durfte der Wirtschaftsrat in den Räumlichkeiten der Akademie eine Abendveranstaltung abhalten. Die Nordakademie Graduate School hat ihren Sitz in den Docklands direkt an der Elbe, was zu einer entspannten Anreise mit der Fähre durch den Hafen einlädt.

Der Präsident der Nordakademie Graduate School Professor Georg Plate begrüßte herzlich die Anwesenden und stellte auch sogleich die Arbeit der Nordakademie vor. Die Nordakademie bietet in Zusammenarbeit mit einer Reihe von regionalen Unternehmen die Möglichkeit, einen berufsbegleitenden Masterabschluss zu erreichen.

Anschließend hielt die anerkannte Spezialistin für Höchstleistungen Marion Klimmer einen Vortrag zu dem Thema „Höchstleistungen erzielen – aber nur in emotionaler Balance“. Als Coach und Trainerin begleitet Klimmer seit Jahren nicht nur Spitzensportler und Topmanager, sondern hilft auch

Studenten und Auszubildenden sich auf besondere Herausforderungen vorzubereiten.

Der moderne Mensch ist vor allem eines: gestresst! Zwischen den Anforderungen im Beruf und dem Wunsch Zeit mit der Familie zu verbringen, fühlen sich viele überfordert und sind so nicht in der Lage Ihre gesteckten Ziele zu erreichen. Den Schlüssel für Höchstleistungen sieht Klimmer in der emotionalen Ausgeglichenheit, aus der heraus man Aufgaben und Projekte angehen soll.

Damit Stress und Frustration erst gar nicht entstehen, muss sich jeder über sein eigenes Persönlichkeitsprofil und die persönlichen Lebensmotive bewusst werden. Schließlich hat es für das individuelle Stressempfinden, große Auswirkungen, ob jemand nach Anerkennung und sozialer Akzeptanz oder nach Macht und Dominanz strebt.

Auf Basis von neusten neurologischen Erkenntnissen stellte Klimmer dann noch einfache und effektive



Marion Klimmer
Coaching und Training

Methoden vor, wie man in kurzer Zeit den eigenen Stresslevel senken kann, um so wieder Höchstleistungen abzurufen. **Justus Kröger**

Mitgliederversammlung: **INEZ JÜRGENS ZUR LANDESVORSITZENDEN GEWÄHLT**

Der Landesverband Hamburg des Wirtschaftsrates der CDU e.V. hat auf seiner außerordentlichen Mitgliederversammlung am 13. November 2014 Inez Jürgens M.A. zur neuen Landesvorsitzenden gewählt. Die Hamburger Rechtsanwältin und Wirtschaftsmediatorin ist für zwei Jahre ins Amt gewählt worden. Dem aktuellen Landesvorstand gehören außerdem an: Ulf Gehrckens, Senior Vice President Corporate Energy Affairs/Aurubis AG; Dr. Philip Marx, Prokurist/M.M.Warburg & CO KGaA; Marcus Vitt, Vorstandssprecher/DONNER & REUSCHEL AG.



Inez Jürgens M.A. und Dr. Rainer Gerding (Bundesgeschäftsführer des Wirtschaftsrates)