

Den eigenen Ressourcen auf der Spur Selbstmanagement mit dem Inneren Team in Aktion

Sie haben eine tolle Einladung zu einer Feier. Sie fühlen sich etwas müde und draußen ist schlechtes Wetter. Da gibt es eine Stimme die sagt: "Jetzt müsste ich mich aber mal fertig machen..." und eine andere Stimme sagt "Aber zu Hause ist's gerade soo gemütlich und eigentlich habe ich gerade keine Lust mehr..."
Kennen Sie das?

So oder so ähnlich hat es jede von uns schon erlebt. Und darüber hinaus wissen Sie von sich, dass es zu vielen beruflichen und privaten Themen, Fragen, Entscheidungen und Situationen innerlich viele verschiedene Meinungen, Emotionen, Absichten und Bedürfnisse gibt. Diese innere Mehrstimmigkeit kann auf Ihre Motive und Ziele blockierend wirken.

In der impulsgebenden Zeit erfahren Sie etwas über die Methode des "Inneren Teams" (nach Friedemann Schulz von Thun). Eine Methode, die uns hilft, die Dynamik unserer inneren Widersprüche zu sehen. Erst mit der Klarheit unserer inneren Pluralität, kommen wir den eigenen Ressourcen auf die Spur: Lassen Sie uns die Spur wechseln und mal gemeinsam schauen. Viel Spaß damit.

Referentin:

Irina Baehr, Dipl.-Verwaltungsw. (FH), Coach (FH), Trainerin für Kommunikation -
Innen wie Außen, Eckernförde

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Maximal 12 Teilnehmerinnen

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Tagesveranstaltung mit 6 – 7
Zeitstunden.

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Flipchart mit Papier, Pinnwand, Moderationskoffer, Stuhlkreis

Maximale Entfernung:

Nach Absprache