

Glücklicher im Job

Von der Fehlbesetzung zur Geheimwaffe

Sie fühlen sich oft leer, ausgebrannt und regelrecht fehl am Platz? Sie haben das Gefühl, dass alles, was sie tun, einfach nicht ausreicht, um Ihre Ziele zu erreichen? Ihre Bedürfnisse stellen Sie hinten an, um es anderen stets recht zu machen und bleiben selbst dabei auf der Strecke.

Ziel dieses Workshops ist es, Ihre Bedürfnisse auf offene Art zu kommunizieren und wertschätzend mit sich selbst und Ihrem Gegenüber umzugehen. Der Workshop richtet sich an Frauen, die ihren beruflichen Platz im Leben noch nicht gefunden haben. Frauen, die sich ihres wahren Selbst und ihres Wertes noch nicht ganz bewusst sind.

Inhalte:

- Grundlagen des Mentaltrainings
- Definition von Werten und Stärken
- Erkennen von Schwächen und Blockaden
- Führen von offenen Gesprächen und Kommunikation von Bedürfnissen

Referentin:

Cornelia Möcke, Mental-Coach, Wiesbaden

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Max. 12 Teilnehmerinnen

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Tagesveranstaltung mit 6 Zeitstunden oder einen Workshop mit 2 Zeitstunden.

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

z. B. Beamer, Leinwand, HDMI-Kabel, Flipchart, Stühle im Stuhlkreis

Maximale Entfernung:

50 km ab Wohnort