

„Die Schatztruhe meines Lebens“

Die eigenen Kompetenzen und Ressourcen erkennen und nutzen

„Das kann ich nicht – jenes traue ich mir nicht zu ...“ –

Kennen Sie das? Insbesondere Frauen lassen sich gerne mal von Selbstzweifeln das Leben schwermachen.

In diesem Seminar geht es darum, sich zu vergegenwärtigen, was Sie in Ihrem Leben schon alles geschafft haben, welche Kompetenzen Sie dabei erworben haben und auf welche Ressourcen Sie demzufolge zurückgreifen können.

Mit Hilfe von interessanten Methoden aus der Biographiearbeit werden Sie erkennen, welche „Schätze“ Sie sich im Laufe Ihres Lebens bereits erarbeitet haben und Sie werden Strategien entwickeln, wie Sie diese für Ihr gegenwärtiges Leben nutzbar machen können. Sie werden sehen: Die „Schatztruhe Ihres Lebens“ ist reich gefüllt!

Referentin:

Dr. Andrea Fink-Jacob, Diplom-Pädagogin, systemische Beraterin (SG),
Coach (THM), Dozentin und Trainerin, Ludwigsau

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

maximal 14 Teilnehmerinnen

Hinweis:

Bei der Veranstaltung handelt es sich um ein Tagesseminar mit 6-7
Zeitstunden.

Benötigte Technik:

Flipchart mit Papier, Beamer, Leinwand, 2 beidseits mit Papier bespannte
Moderationswände

Maximale Entfernung:

Hessenweit, ggf. mit Vorübernachtung (je nach Entfernung
und Jahreszeit)