

Befrei dich aus dem Zeitdiktat Surfe auf der Welle der Zeitqualität

Immer mehr Menschen fühlen sich gehetzt und erschöpft. Das Gefühl alles nicht mehr bewältigen zu können, stellt sich als Dauerzustand ein und lässt Unzufriedenheit und Überforderung entstehen. Der Takt der Zeit wird immer schneller und wird meistens fremd vorgegeben. Dabei verlieren wir die wirkliche Zeitqualität aus den Augen. Wer ist eigentlich der Taktgeber? Was brauchen Frauen, um in eine innere Ausgewogenheit und Stärke zu kommen?

In diesem Workshop gehen wir auf Ursachensuche für das alltägliche Zeitdiktat. Wir werden Übungen und Werkzeuge kennenlernen, um Zeitqualität intuitiv zu erfassen und dann für uns nutzbar zu machen.

Inhalte:

- Ursprünge der Zeittaktung
- Zeitqualität und Zyklen
- Äußere Umstände und das Zeitdiktat
- Der richtige Zeitpunkt
- Übungen und Werkzeuge

Referentin:

Monika Finkbeiner-Stein, Kauffrau, Coach & Trainerin, Idstein, Idstein

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Max. 15 Teilnehmerinnen für Workshop, Webinar und Vortrag keine Vorgabe

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um einen Workshop mit 7 alternativ 4 Zeitstunden oder einen Vortrag mit 2 Zeitstunden

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Beamer, Leinwand, HDMI-Kabel, Flipchart, Stühle und Tische in U-Form

Maximale Entfernung:

300 km ab Wohnort (< bei 150 km mit Übernachtung)