

Introvertiert erfolgreich

Leise und zurückhaltend Karriere machen

Derzeit stecken Sie fest? Sie haben sich viel zu lang versteckt; aufgrund Ihrer leisen Art ging das Lob für die Projektarbeit wieder mal an Ihre Kollegen? Ihr Chef vertröstet sie; die Beförderung zog mal wieder an Ihnen vorbei und die nächste Gehaltserhöhung lässt immer noch auf sich warten? Ihr wahres Potenzial können Sie in Ihrem täglichen Arbeitspensum gar nicht entfalten und abends gehen Sie frustriert nach Hause?

Dabei wünschen Sie sich, den nächsten großen Schritt auf der Karriereleiter anzutreten, als Frau im Unternehmen so richtig durchzustarten und Ihren Traumjob ganz ausfüllen zu dürfen sowie eine echte Wertschätzung des Potenzial, das in Ihnen schlummert.

Lernen Sie, sich selbst so anzunehmen, wie Sie sind, und beginnen Sie, sich von alten Begrenzungen zu lösen und Ihre inneren Ressourcen zu mobilisieren. Erkennen Sie Ihre Fähigkeiten und verändern Sie Ihren Blickwinkel auf sich selbst.

Inhalte:

- Grundlagen des Mentaltrainings
- Stärken ausbauen und Werte definieren
- Schwächen und Blockaden erkennen, Hindernisse überwinden
- Offene Gespräche führen und Bedürfnisse kommunizieren
- Wertschätzenden Umgang mit sich selbst und anderen erlernen

Referentin:

Cornelia Möcke, Mental-Coach, Wiesbaden

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Max. 10-12 Teilnehmerinnen

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Tagesveranstaltung mit 6 Zeitstunden oder einen Workshop mit 2 Zeitstunden oder einen Vortrag mit 1,5 Zeitstunden

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Nach Absprache

Maximale Entfernung:

100 km ab Wohnort