

sich selbst erkennen und führen

Das Bewusstsein „Mit mir fängt mein Glück an“ verändert meine Haltung gegenüber meiner Arbeit, meinem „Dasein“ und meinen Beziehungen, ob beruflich oder privat. Am Anfang steht eine ehrliche Auseinandersetzung mit mir selbst.

Ziele:

- ⇒ Sich selbst erkennen und Selbstführung verbessern
- ⇒ Mehr Zufriedenheit und Motivation am Arbeitsplatz durch
 - Übernahme von mehr Eigenverantwortung
 - Erkennen der eigenen, freien Entscheidung
- ⇒ Verbesserung der Zusammenarbeit

Themen:

- ⇒ Wer und wie bin ich?
(Mein Verhalten, Werte, Persönliche Ziele, interne Kommunikation....)
- ⇒ Was motiviert mich?
- ⇒ Wie ist meine Umgebung? (verschiedene Typen, Spiegelungen)
- ⇒ Welchen Einfluss haben andere auf mich?
- ⇒ Welche Erwartungen haben andere an mich? – Wie reagiere ich darauf?
- ⇒ Was bedeutet Führung und Eigenverantwortung für mich?
- ⇒ Wer trifft welche Entscheidungen?
- ⇒ Was sind meine beruflichen Themen?
- ⇒ Was haben meine Problemfelder mit mir zu tun?
- ⇒ Wie kann ich meine persönlichen Ressourcen stärken und mein Potenzial fördern/nutzen?
- ⇒ Wie kann ich meinen persönlichen Lebensweg gestalten?
- ⇒ Was steht als nächstes an?

Methoden des Trainings:

- ⇒ Selbstreflexion
- ⇒ Trainerinformation und Moderation
- ⇒ Instrumente, Interventionen und Methoden des systemischen Coachings

Gruppengröße: ca. 10 Teilnehmer

Seminardauer: Zwei ½-Tage im Abstand von 1 bis 2 Wochen
wünschenswert ist ein weiterer ½ Tag nach ca. 6 Monaten

Trainerin: Martina Rückel-Schmidt oder Andrea Scharf